

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK ANTARA
PESERTA DIDIK PRIA DAN WANITA DI MAN 1 METRO
TAHUN AJARAN 2018/2019**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Dalam Ilmu Pendidikan

Oleh:

RISA DHONA TIWI

NPM : 1411080108

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440H/2019M**

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK ANTARA
PESERTA DIDIK PRIA DAN WANITA DI MAN 1 METRO
TAHUN AJARAN 2018/2019**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Dalam Ilmu Pendidikan

Oleh

RISA DHONA TIWI

NPM : 1411080108

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Dr Imam Syafe'i M.Ag

Pembimbing II : Hardiyansyah Masya M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440H/2019M**

ABSTRAK

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK ANTARA PESERTA DIDIK PRIA DAN WANITA DI MAN 1 METRO TAHUN AJARAN 2018/2019

**Oleh:
Risa Dhona Tiwi**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya peserta didik yang mengalami masalah dalam menjalankan tugas-tugas akademik, salah satunya kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas, Sehingga perlu dilakukan penelitian dengan judul faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi peserta didik. Metode penelitian yang digunakan adalah jenis kuantitatif. Dengan desain penelitian ini yaitu cross-sectional dengan jenis korelasi. Pengumpulan data yang digunakan adalah angket, wawancara dan dokumentasi. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019. Teknik yang digunakan adalah purposive sampling. Sampel penelitian berjumlah 30 peserta didik. Hasil uji *chi square* dengan menggunakan program SPSS menunjukkan bahwa angka probabilitas *Asmp.sig* sebesar $0,976 > 0,05$. Maka disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh antara faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik dengan pria dan wanita atau hanya terdapat hubungan yang rendah antara perilaku prokrastinasi akademik dengan pria dan wanita. Dengan kata lain, hipotesis penelitian ditolak.

Kata Kunci : Prokrastinasi Akademik, Pria dan Wanita

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul : **“FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK ANTARA PESERTA DIDIK PRIA DAN WANITA DI MAN 1 METRO TAHUN AJARAN 2018/2019”**

Ini sepenuhnya adalah karya saya sendiri. Tidak ada di dalamnya yang merupakan plagiat dan karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandar Lampung 10 Maret 2019

Yang membuat pernyataan

Risa Dhona Tiwi

1411080108





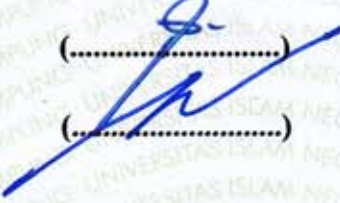

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK ANTARA PESERTA DIDIK PRIA DAN WANITA DI MAN 1 METRO TAHUN AJARAN 2018/2019.** disusun oleh : **Risa Dhona Tiwi,** NPM : **1411080108,** Jurusan **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam,** telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal : **Jum'at/ 12 April 2019.**

TIM MUNAQOSYAH

Ketua	: Dr. Rubhan Masykur, M.Pd	
Sekretaris	: Iip Sugiharta, M.Si	
Penguji Utama	: Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I	
Penguji Pendamping I	: Dr. Imam Syafei, M.Ag	
Penguji Pendamping II	: Hardiyansyah Masya M.Pd	



Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M. Pd
NIP. 19560810 198703 1 001



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703260

PERSETUJUAN


**Judul Skripsi : FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK ANTARA
PESERTA DIDIK PRIA DAN WANITA DI MAN 1
METRO TAHUN AJARAN 2018/2019**

Nama : RISA DHONA TIWI
NPM : 1411080108
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

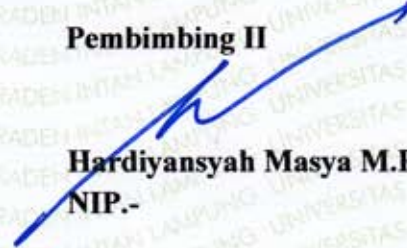
MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan
Islam UIN RadenIntan Lampung

Pembimbing I

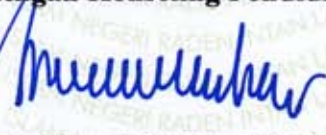

Dr Imam Syafe'i M. Ag
NIP. 196502191998031002

Pembimbing II


Hardiyansyah Masya M. Pd
NIP.-

Mengetahui

Ketua Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam


Andi Thahir, S.Psi, M.A, Ed.D
NIP. 197604272007011015

MOTTO

إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا وَكَانُوا لَنَا خَاشِعِينَ

“Sesungguhnya mereka adalah orang-orang yang selalu bersegera dalam (mengerjakan) perbuatan-perbuatan yang baik dan mereka berdoa kepada Kami dengan harap dan cemas. Dan mereka adalah orang-orang yang khusyuk kepada Kami.”

(Qs al-Anbiya' : 90)¹.



¹ *Al-Quran dan Terjemahnya*, Diponegoro, Bandung h.50.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirrobil'alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan kekuatan kepada peneliti untuk dapat menyelesaikan tugas akhir pada perkuliahan ini. Dengan rasa syukur yang tak terhingga, skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Teruntuk kedua orang tuaku tercinta, bapakku Sarwoto dan Ibundaku Sukinem tersayang dengan segala pengorbanan, ketulusan do'a serta keridhoan ibu dan bapak dalam memberikan motivasi dan dukungan moril maupun material serta tak henti-hentinya memberikan semangat dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga skripsi ini sebagai salah satu wujud baktiku, ungkapan rasa kasih sayang dan sebagai kado keseriusanku membalas jasa mu yang mungkin tidak pernah bisa ku balaskan.
2. Kepada adikku Rizki Purwati yang selalu mendo'akan, memberikan semangat dan selalu mengingatkanku untuk selalu berusaha.
3. Kepada BK B 2014 serta almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung dan semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap peneliti Risa Dhona Tiwi, yang dilahirkan disuatu daerah Metro, kecamatan Metro pusat, kota Metro. Pada hari Minggu, 21 Januari 1996. Peneliti merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Sarwoto dan Ibu Sukinem.

Peneliti menyelesaikan pendidikan Taman Kanak Kanak Abadi Perkasa lulus pada tahun 2003, melanjutkan pendidikan tingkat sekolah dasar di SD Negeri Abadi Perkasa lulus pada tahun 2009, kemudian melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Abadi Perkasa lulus pada tahun 2012 dan pendidikan Sekolah Menengah Atas di Madrasah Aliyah Negeri 2 Metro lulus pada tahun 2014, ketika di bangku Sekolah Menengah Atas peneliti aktif di organisasi English Club.

Kemudian peneliti melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi pada tahun 2014 dan peneliti diterima sebagai mahasiswa Universitas Raden Intan Lampung, Fakultas Tarbiyah Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam program studi strata 1 (S-1).

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua umumnya dan pada saya khususnya sholawat dan salam selalu kami sanjungkan kepada Nabi Agung Nabi Muhammad SAW beserta para sahabat dan keluarganya. Sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Prokrastinasi Akademik Antara Peserta Didik Pria Dan Wanita Di Man 1 Metro Tahun Ajaran 2018/2019”.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti telah mendapat bantuan dari banyak pihak untuk hal itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Univeristas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, S.Psi,M.A,Ed.D dan Dr. Oki Dermawan, M.Pd selaku ketua jurusan dan sekertaris prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Dr Imam Syafe’i M.Ag dan Hardiyansyah Masya M.Pd sebagai pembimbing I dan pembimbing 2 terimakasih banyak atas kesediaannya dalam memberikan bimbingan, saran dan kritik dalam proses penyelesaian skripsi ini..
4. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

5. Bapak Antoni Iswantoro, M.Ed dan Ibu Inta Wahida S.Pd selaku kepala sekolah dan guru Bimbingan dan Konseling MA Negeri 1 Metro yang telah mengizinkan peneliti untuk mengadakan penelitian di sekolah ini.
6. Sahabat-sahabatku yang luar biasa ketulusannya Riska Apriliana, Widya Dwi Utami, Risa Selvia, Muslihah, Ristia.P, Ni'maturodhiyah, Rara Exa Anggraini, Welvan Areza, Fidia Fitri Ade Pratiwi, Puri Aprillia, Liliana K., Rahmat Hidayat, dan Ratna Dewi Penulis bersyukur telah dipertemukan dengan sahabat seperti kalian, terima kasih atas waktu yang selalu ada saat sulit, selalu membantu dan memotivasi untuk terus bersemangat. Semoga kita dipertemukan pada kesuksesan yang selalu kita impikan di masa depan.
7. Bimbingan dan Konseling kelas B angkatan 2014, semoga silaturahmi kita tetap terjaga sampai nanti, serta dipermudah dalam segala urusan penyelesaian tugas akhir ini, dan untuk adik-adik tingkat BK, semoga kalian segera menyusul dan terus semangat dalam mengejar cita-cita.
8. Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Bandar Lampung, 10 Maret 2019

Penulis,

Risa Dhona Tiwi
NPM. 1411080108

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	18
C. Batasan Masalah	19
D. Rumusan Masalah.....	19
E. Tujuan Penelitian	20
F. Manfaat Penelitian	20
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Perilaku Individu.....	22
1. Pengertian Dasar Perilaku Individu	22
2. Unsur Pembentukan Perilaku	23
3. Mekanisme Pembentukan Perilaku.....	25
4. Pengertian Perilaku Salah Suai	27
5. Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	31

6. Penyebab Prokrastinasi	34
7. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Tugas Sekolah.....	35
8. Ciri – ciri Prokrastinasi Akademik	36
9. Jenis-jenis Tugas Pada Prokrastinasi Akademik	42
10. Jenis- jenis Prokrastinasi Akademik	43
11. Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik	45
12. Dampak Prokrastinasi Akademik	49
13. Pengertian Gender	51
B. Penelitian yang Relevan	52
C. Kerangka Berfikir	54
D. Hipotesis Penelitian	56

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	57
B. Desain Penelitian	57
C. Variabel Penelitian	58
D. Definisi Operasional	59
E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	61
1. Populasi.....	61
2. Sampel dan Teknik Sampling	63
F. Teknik Pengumpulan Data	63
1. Wawancara	63
2. Dokumentasi	64
3. Angket.....	64
G. Pengembangan Instrumen Penelitian	67
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	70
1. Tahap Pengolahan Data	70
2. Analisis Data.....	72

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA

A. Deskripsi Lokasi, waktu dan subjek penelitian	77
B. Tahap-tahap penelitian	78
1. Tahap persiapan.....	79
2. Tahap perizinan	79
3. Tahap pelaksanaan.....	79
4. Tahap pasca pelaksanaan.....	79
C. Deskripsi data hasil penelitian.....	79
1. Pengujian Validasi Kuesioner	79
2. Uji Reabilitas Kuesioner.....	82
D. Analisis data	83
1. Analisis univariat.....	83
2. Analisis Bivariat	93
a. Uji <i>chi square</i>	94
E. Uji hipotesis	95
F. Uji Korelasi	97

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	99
B. Saran-saran	100

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel :	Halaman
1. Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pria Kelas X di MAN 1 Metro Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2018/2019	13
2. Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Wanita Kelas X di MAN 1 Metro Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2018/2019	15
3. Definisi Operasional.....	60
4. Jumlah Populasi Penelitian	62
5. Skala Liketrs.....	66
6. Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Penelitian Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	68
7. Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi	75
8. Kisi-Kisi Kuesioner Prokrastinasi Akademik Peserta Didik	80
9. Validasi Item Kuesioner Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik	81
10. Reabilitas Kuesioner Prokrastinasi Akademik.....	82
11. Distribusi Frekuensi Indikator Gagal Menepati <i>Deadline</i> Pada Peserta Didik Pria.....	85
12. Distribusi Frekuensi Indikator Suka Menunda Tugas Pada Peserta Didik Pria.....	85
13. Distribusi Frekuensi Indikator Cemas Saat Melakukan Prokastinasi Pada Peserta Didik Pria	86
14. Distribusi Frekuensi Indikator Merasa Tenang Karena Waktu Masih Banyak Pada Peserta Didik Pria	86
15. Distribusi Frekuensi Indikator Menganggap Diri Terlalu Sibuk	

Banyak Pada Peserta Didik Pria.....	87
16. Distribusi Frekuensi Indikator Percaya Diri Yang Rendah	
Pada Peserta Didik Pria.....	87
17. Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Yakin Terhadap	
Kemampuan Dirinya Pada Peserta Didik Pria	88
18. Distribusi Frekuensi Indikator Merasa Takut Gagal	
Pada Peserta Didik Pria.....	88
19. Distribusi Frekuensi Indikator Gagal Menepati <i>Deadline</i>	
Pada Peserta Didik Wanita.....	89
20. Distribusi Frekuensi Indikator Suka Menunda Tugas	
Pada Peserta Didik Wanita.....	89
21. Distribusi Frekuensi Indikator Cemas Saat Melakukan Prokastinasi	
Pada Peserta Didik Wanita.....	90
22. Distribusi Frekuensi Indikator Merasa Tenang	
Karena Waktu Masih Pada Peserta Didik Wanita.....	90
23. Distribusi Frekuensi Indikator Menganggap Diri Terlalu Sibuk	
Pada Peserta Didik Wanita.....	91
24. Distribusi Frekuensi Indikator Percaya Diri Yang Rendah	
Pada Peserta Didik Wanita.....	91
25. Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Yakin	
Terhadap Kemampuan Dirinya Pada Peserta Didik Wanita	92
26. Distribusi Frekuensi Indikator Merasa Takut Gagal	
Pada Peserta Didik Wanita.....	92
27. Uji <i>Chi Square</i>	94
28. Uji Nilai Signifikansi	96
29. Uji korelasi koefisien kontigensi.....	97

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1. Kerangka Berfikir.....	55
2. Variabel Penelitian	59



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, baik dalam keluarga, masyarakat dan bangsa. Kemajuan suatu bangsa ditentukan oleh tingkat keberhasilan pendidikan. Keberhasilan pendidikan akan dicapai apabila ada kesadaran untuk meningkatkan mutu bangsa itu sendiri serta mau mengadakan evaluasi terhadap fungsi dan tujuan dari pendidikan tersebut. Kegiatan belajar mengajar di sekolah merupakan kegiatan yang fundamental, hal ini berarti tercapai atau tidaknya tujuan pendidikan bergantung pada bagaimana proses belajar yang dialami siswa sebagai peserta didik.¹

Peserta didik adalah subjek utama pendidikan. Secara sederhana peserta didik adalah seorang yang sedang ingin mengetahui sesuatu hal yang baru. Setiap peserta didik mempunyai keterampilan yang berbeda-beda dalam hal belajar, seperti keterampilan membaca, mendengar, dan menulis yang diperoleh dari pengalaman belajar yang sudah pasti akan berpengaruh dengan prestasi belajar. Dengan prestasi

¹Muhammad Ilyas dan Suryadi, "Perilaku prokrastinasi akademik siswa di sma islam terpadu it boarding school abu bakar Yogyakarta". *Jurnal An- Nida Jurnal Pemikiran Islam*, Vol. 41 No. 2 (2017), h.71.

belajar yang tinggi berarti suatu tujuan dari kegiatan belajar mengajar akan tercapai dengan baik.²

Jenjang SMA merupakan salah satu lembaga pendidikan untuk dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki individu baik dalam segi kognitif, afektif maupun psikomotor melalui proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah. Hal tersebut diharapkan mampu menghasilkan generasi-generasi muda yang cerdas, kreatif, cekatan dan bertanggung jawab.³

Selain itu aspek afektif dan moral remaja juga telah berkembang, yang diharapkan mampu mendukung penyelesaian tugas-tugasnya. Pendapat tersebut menggambarkan bahwa peserta didik di SMA dianggap telah mampu bertanggung jawab dalam penyelesaian berbagai tugas termasuk tugas akademik. Namun berdasarkan realita yang ditemukan di lapangan masih terdapat peserta didik di MAN 1 Metro yang mengalami masalah dalam menjalankan tugas-tugas akademik. Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas, atau tidak segera mengerjakannya maka subjeknya disebut dengan *procrastinator*. Seorang *procrastinator* tidak hanya lemah dalam manajemen waktu melainkan bila dipandang dari sisi psikologis mengalami *anxiety disorder* dan rasa takut akan tugas yang dihadapinya.⁴

²Badrul Kamil and You Pensi Olvatika. "Konseling Behavioral dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Hulu Sungkai Kabupaten Lampung Utara". *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, Vol. 2 No.1 (2015), h.15 -16.

³Muhammad Ilyas dan Suryadi, *Ibid.* h.73.

⁴*Ibid.*

Sedangkan perilakunya disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi yang dalam bahasa inggrisnya *procrastinate* berasal dari bahasa latin *pro* dan *crastinus*. *Pro* berarti kedepan, bergerak maju, sedangkan *crastinus* memiliki arti keputusan dihari esok. Arti tersebut apabila melibatkan pelakunya maka akan diucapkannya dengan “aku akan melakukannya nanti”.⁵

Prokrastinasi akademik tidak hanya terjadi pada peserta didik saja, melainkan juga bisa terjadi pada mahasiswa bahkan dosen atau siapa saja yang terindikasi prokrastinasi maka secara tidak langsung dapat dikatakan yang bersangkutan melakukan prokrastinasi. Sebagian orang banyak yang berpandangan bahwa orang yang melakukan prokrastinasi dikarenakan suatu kebiasaan menunda untuk mengerjakan tugas. Serta orang yang melakukan penundaan disebabkan karena tidak suka pada tugas yang diamanahkan, oleh karena itu mereka lebih suka menghindarinya.⁶

Prokrastinasi menurut Ellis dan Knaus dalam Nur Ghufroon & Rini Risnawita prokrastinasi adalah sebuah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaraan tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal tersebut terjadi karena adanya ketakutan untuk gagal dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar. Penundaan yang telah menjadi respons tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu *trait* prokrastinasi.⁷

Sedangkan, Steel mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diamanahkan walaupun individu mengetahui bahwa

⁵Jane B. Burka and Lenora M Yuen, *Procratination, Why You Do It, What to Do About It Now*, (USA: Da Capo press, 2008), h.5.

⁶Muhammad Ilyas dan Suryadi, h.72

⁷Nur Ghufroon & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), h.152.

perilaku penundaannya tersebut dapat berpengaruh pada hal yang buruk pada hari ini bahkan juga masa depannya.⁸

Prokrastinasi akademik identik dengan bentuk kemalasan dalam lingkungan peserta didik. Banyaknya penelitian yang mengungkapkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik berperan terhadap pencapaian akademis, maka prokrastinasi akademik merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian karena berpengaruh pada siswa itu sendiri serta hasil yang kurang optimal dan juga lemahnya prestasi siswa.⁹

Berdasarkan pernyataan para ahli dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah suatu perilaku yang tidak bisa dikontrol dalam hal pekerjaan maupun tugas-tugas akademik sehingga menyebabkan tertundanya suatu pekerjaan. suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja, menimbulkan perasaan tidak nyaman, serta secara subyektif dirasakan oleh seorang prokrastinator. Dalam kaitannya dengan lingkup akademik.

Peserta didik remaja usia 15-18 tahun pada tingkat sekolah menengah atas diharapkan memiliki kemampuan dalam melaksanakan tugasnya sebagai pelajar yaitu belajar secara optimal. Untuk memenuhi tuntutan-tuntutan itu, maka siswa tersebut diharapkan dapat melakukan tugas-tugas belajarnya secara tepat. seperti datang ke sekolah tepat waktu, belajar sesuai jadwal dengan tidak membolos pada

⁸Piers Steel, "The Nature of Procrastination: Meta-analytic and Theoretical of Queentestional Self-Regulatory Failure". *Journal of Psychological Bulletin*.

⁹Nur Ghufon & Rini Risnawita. h.158

jam-jam mata pelajaran yang sedang berlangsung, mengumpulkan tugas tepat waktu, dan tidak menunda-nunda untuk belajar atau mengerjakan tugas yang diberikan.¹⁰ Namun, masih terlihat banyaknya peserta didik yang melanggar peraturan seperti menunda tugas, dan lebih mengerjakan hal yang menyenangkan. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor prokrastinasi akademik, seperti yang dijelaskan oleh Ferrari

*Schouwenburg in Ferarri said that as a delaying behavior, procrastination can manifest in certain indicators that can be measured and observed for certain features in the form of: (1) Delaying the implementation of academic tasks; (2) Inaction and delay in doing academic assignments; (3) Time gap between plan and actual performance; and (4) Doing other activities that are more fun than doing tasks that must be done.*¹¹

Schouwenburg dalam Ferarri mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu berupa: (1) Penundaan pelaksanaan tugas akademik; (2) Kelambanan dan keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik; (3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual; dan (4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan.¹²

Prokrastinasi diklasifikasi menjadi menjadi dua bagian yaitu prokrastinasi akademik dan prokrastinasi non akademik. Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang berkaitan dengan tugas akademik seperti: Pekerjaan rumah (PR), tugas sekolah

¹⁰Sartika Utaminingsih and Iman Setyabudi, "tipe kepribadian dan prokrastinasi akademik pada siswa sma x." Vol.10 (2006), h.48.

¹¹Ferrari Dkk,"*A Brief History Of Procrastination*" (*Journal Of Psychology*;1995)

¹²*Ibid.*

dan tugas kelompok. Sedangkan prokrastinasi non akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada kegiatan sehari-hari seperti, tugas rumah serta tugas kantor. Prokrastinasi akademik diartikan merupakan suatu kebiasaan dalam menunda untuk mengerjakan tugas sampai waktu *deadline* yang sudah ditentukan.¹³

Dalam Al-Qur'an banyak disebutkan ayat yang menyerukan manusia untuk lebih menghargai waktu, tidak menyia-nyiakannya dan mengisinya dengan ibadah, seperti yang termaktub dalam Al-Qur'an surat Al-Luqman ayat, 34 dan Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-7.

إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿٣٤﴾

*Artinya: "Sesungguhnya Allah, Hanya pada sisi-Nya sajalah pengetahuan tentang hari Kiamat; dan Dia-lah yang menurunkan hujan, dan mengetahui apa yang ada dalam rahim. dan tiada seorangpun yang dapat mengetahui (dengan pasti) apa yang akan diusahakannya besok. dan tiada seorangpun yang dapat mengetahui di bumi mana dia akan mati. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal." (QS. Luqman:34)*¹⁴

Sedangkan Allah SWT senantiasa menuntut kepada seluruh manusia agar selalu memanfaatkan waktu semaksimal mungkin dan mengisinya dengan berbagai amal atau perbuatan-perbuatan yang positif. Bukannya menunda-nunda pekerjaan atau

¹³Renni Nuggrasanti, "Jurnal *Locus Of Control* dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa", *Provita* Vol.2 No.1, h.29.

¹⁴Departemen Agama RI, "Al-Qur'an Dan Terjemahnya", (Jakarta: Pustaka Agung Harapan, 2006), h.328.

tugas yang seharusnya bisa dikerjakan sekarang, tapi ditunda-tunda dengan atau tanpa alasan. Seperti yang termaktub dalam Al-Qur'an dalam surat Al-Insyirah ayat 1-7 sebagai berikut:

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۖ وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ ۖ
الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۖ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۖ
فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ فَإِذَا فَرَغْتَ
فَانْصَبْ ۖ

Artinya : "Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu, dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu, dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama) mu, karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap. (QS. Al-Insyirah 1-7)".¹⁵

Berdasarkan ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa secara tersurat mengandung arti yaitu tidak memberikan peluang bagi seorang muslim untuk menganggur sepanjang masih memiliki waktu atau usia, karena setelah selesai melakukan satu kesibukan seseorang dituntut melakukan kesibukan lain yang meletihkan atau menghasilkan karya nyata guna mengukir nasibnya, demikianlah pendapat yang dikemukakan oleh Quraish Shihab.¹⁶ Seseorang yang melakukan penundaan berarti banyak waktu yang terbuang sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Kemunculan prokrastinasi akademik

¹⁵Ahmad Hatta, Tafsir Qur'an Perkata Dilengkapi dengan Asbabun Nuzul & terjemah, (Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2009), h.596.

¹⁶Quraish Shihab, Wawasan Al-Qur'an, Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat, (Bandung: Mizan Pustaka, 2003), h.558.

seringkali disebabkan oleh perasaan takut salah, perfeksionis (menuntut kesempurnaan), malas serta lemahnya motivasi belajar.¹⁷

Sumber prokrastinasi mencakup sejarah keluarga, hubungan sosial, serta tempat tinggal seseorang. Lingkungan yang ketat dan memiliki kontrol sosial yang tinggi dapat meminimalisir terjadinya prokrastinasi, kepribadian dan juga kecemasan. Sedangkan, faktor eksternal meliputi gaya pengasuhan orang tua serta kondisi lingkungan seperti teman sebaya.¹⁸

Dalam bidang akademik prokrastinasi akademik cukup sering terlihat secara langsung dikalangan peserta didik.¹⁹ Ferrari juga menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik sangat merugikan individu, orang-orang terlibat dalam penghindaran tugas kronis dan kesal karena menderita konsekuensi psikologis yang merugikan juga. Beberapa jenis apparatus negatif dapat timbul dalam konteks penghindaran tugas kronis yang terkait dengan pengaruh *dysphoric. Effeetance* atau kendali atas lingkungan dan harga diri ini. Jenis-jenis penilaian ini berfungsi sebagai harapan yang menghasilkan penghindaran tugas, atau sebagai kesimpulan yang mengikuti darinya, atau keduanya. Minat dalam hubungan perilaku prokrastinasi, pengaruh *dysphoric* ditimbulkan oleh perilaku ini dan harapan buruk.²⁰

¹⁷Joseph R.Ferrari, Judith L Johnson, William G MacCown, *Procrastination and Task Avoidance, The Theory, Research and Treatment*, (New York: Plenum Press, 1995).,h.50

¹⁸Nur Ghufroon & Rini Risnawita,h.164.

¹⁹Hana Hanifah Fauziah, “Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung,” *Jurnal Ilmiah Psikologi* Vol. 2 No. 2 (2015), h.123–32.

²⁰ Ferrari, *Procrastination and task Avoidance, Theory, Research and Treatment*.

Peserta didik yang terlibat dalam penghindaraan tugas berat atau sulit dan merasa kesal akan hal tersebut akan menderita tekanan secara psikologis yang merugikan. Dalam fenomena di sekolah peserta didik antara pria dan wanita memiliki tugas berbeda, sebagai individu yang memasuki tahap remaja peserta didik dituntut untuk belajar tanggung jawab dengan tugasnya di bidang akademik. Dapat dilihat bahwa indikasi perilaku prokstinasi akademik adalah peserta didik pria hal ini sependapat dengan pendapat sebelumnya yang mengatakan bahwa peserta didik laki-laki cenderung lebih sering menunda pekerjaan tugas sekolah. Namun, disisi lain Rumiani menyebutkan bahwa fenomena prokstinasi akademik dapat terjadi pada laki-laki dan perempuan tanpa ada perbedaan derajat dan kecenderungan.

Beberapa jenis penilaian negative dapat timbul dalam konteks penghindaran tugas berat atau sulit yang berhubungan dengan ketidak senangan. Penilaian ini mengancam beberapa karakteristik pribadi yang dihargai oleh kebanyakan orang yakni kontrol diri, kontrol lingkungan dan harga diri. Jenis-jenis penilaian berfungsi sebagai harapan yang menghasilkan tugas penghindaran.²¹

Pendidikan merupakan sebagai salah satu tolak ukur agar dapat mencapai prestasi belajar yang baik dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain bimbingan belajar baik di sekolah maupun di luar sekolah serta perhatian orang tua terhadap belajar anak. Selain itu potensi dari anak itu sendiri juga sangat menentukan suatu

²¹Muhammad Ilyas dan Suryadi, *Op Cit*, h.76

keberhasilan. Mutu pendidikan yang rendah tidak lepas dari adanya pengaruh dari dalam individu atau peserta didik itu sendiri.²²

Keberhasilan dalam bidang akademik selalu menjadi impian bagi seluruh peserta didik. Prestasi yang cemerlang merupakan hasil dari pengaturan waktu yang dijalani secara baik dan terorganisir. Dengan tidak menunda-nunda tugas yang diberikan oleh guru, pemanfaatan waktu sebaik mungkin dapat menentukan keberhasilan bagi prestasi peserta didik. Selama ini sistem pendidikan yang di kenal hanya menekankan pada nilai sekolah, yaitu kecerdasan otak saja. Peserta didik dituntut belajar mulai sekolah dasar hingga perguruan tinggi supaya memperoleh nilai bagus yang dapat dijadikan bekal mencari pekerjaan.²³

Ada beberapa penelitian yang telah dilakukan mengenai perilaku prokrastinasi akademik yang merupakan masalah pada peserta didik. Sekitar 25% sampai dengan 75% dari pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis peserta didik. Konteks akademik tampaknya mempengaruhi sejumlah besar peserta didik. Penelitian lain, menunjukkan bahwa 80-95% peserta didik terlibat dalam penundaan dari beberapa macam dan hampir 50% menunda-nunda konsisten, yang menyebabkan masalah dengan tugas atau kumpulan tugas-tugas lain.²⁴

²²*Ibid.*

²³Sukring, Sukring. "Pendidik dalam Pengembangan Kecerdasan Peserta Didik (Analisis Perspektif Pendidikan Islam)". *Tadris: Jurnal Keguruan Dan Ilmu Tarbiyah* Vol 1. No.1 (2016), h.71.

²⁴Steel Piers "The Nature of Procratination: Meta-analitic and Theorytical of Queentestional Self-Regulatory Failure " *Journal of Psychological Bulletin*,h.65

Fenomena perilaku prokrastinasi akademik masih banyak sekali terjadi di sekolah, perbedaan prokrastinasi akademik antara pria dan wanita di sekolah tidak ada perbedaan yang signifikan hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Solomon dan Rothblum yang mengatakan bahwa prokrastinasi akademik tidak ada kecenderungan perbedaan berdasarkan jenis kelamin.²⁵ Berdasarkan uraian perbedaan pendapat tersebut dan realita di lapangan dengan keadaan yang seharusnya terjadi, maka penulis ingin membuktikan kembali dengan melihat apakah ada perbedaan faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 kota Metro. Penulis berasumsi bahwa peserta didik wanita memiliki faktor tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi karena wanita lebih lemah tingkat psikologisnya dan mudah terkena stress dan depresi.

Perilaku prokrastinasi akademik salah satunya terjadi di MAN 1 kota Metro perilaku prokrastinasi akademik juga terjadi pada saat penulis melaksanakan kegiatan pra penelitian di Kota Metro. Kota Metro merupakan salah satu pusat pendidikan yang ada di provinsi Lampung. Penulis melakukan pengamatan pada kelas X yang merupakan kelas dengan anak-anak yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik paling banyak, kelas X merupakan awal transisi peralihan menuju fase remaja. Pada jenjang ini remaja cenderung menghabiskan waktu dengan bermain-main dibandingkan mengerjakan tugas sekolah lebih awal. Fenomena itu disebut dengan prokrastinasi dalam dunia pendidikan, Ferrari, dkk mengemukakan faktor-faktor

²⁵ Akmal, V. E. Perbedaan prokrastinasi akademik berdasarkan jenis kelamin dengan manajemen waktu pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di yogyakarta. *Empathy jurnal fakultas psikologi*, Vol 2 No.1. (2013)

yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, seperti gagal menepati *deadline*, suka menunda tugas, cemas saat melakukan prokrastinasi, merasa tenang karena waktu masih banyak, menganggap diri terlalu sibuk, percaya diri yang rendah, tidak yakin terhadap kemampuan dirinya, dan merasa takut gagal.²⁶ Berdasarkan pengamatan penulis pada saat melaksanakan pra penelitian di MAN 1 Metro dari kelas yang di amati didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 1
Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pria Kelas X di
MAN 1 Metro Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2018/2019

No	Kode Peserta didik	Indikator Prokrastinasi Akademik								Kategori
		1	2	3	4	5	6	7	8	
1	AF	√	√		√	√	√	√	√	Tinggi
2	AIS	√					√			Rendah
3	AS	√			√			√	√	Sedang
4	AK	√	√		√	√			√	Tinggi
5	ADM		√	√			√		√	Sedang
6	DSA	√	√		√	√		√	√	Tinggi
7	ENR	√				√	√		√	Sedang
8	MAH	√								Rendah
9	MRR		√	√				√		Sedang
10	MKM	√	√		√				√	Sedang
11	PL		√			√				Rendah
12	RM	√	√		√	√	√	√	√	Tinggi
13	RPA	√				√			√	Sedang
14	S	√			√					Rendah
15	ZN	√		√		√	√	√	√	Tinggi
Total		12	8	3	7	8	6	6	10	

Sumber: Data awal yang diperoleh pra penelitian, penyebaran angket prokrastinasi akademik pada peserta didik di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019

²⁶. Ferrari, *Procrastination and task Avoidance, Theory, Research and Treatment*, (New York: Plenum Press, 1995)

Keterangan tabel 1;

Indikator prokrastinasi akademik:

1. Gagal menepati deadline
2. Suka menunda tugas
3. Cemas saat melakukan prokrastinasi
4. Merasa tenang karena waktu masih banyak
5. Menganggap diri terlalu sibuk
6. Percaya diri yang rendah
7. Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya
8. Merasa takut gagal

Berdasarkan tabel 1 terdapat 15 peserta didik pria terindikasi mengalami prokrastinasi akademik. 5 peserta didik pria terindikasi mengalami prokrastinasi tinggi ditandai dengan 5-8 ceklis indikator prokrastinasi akademik, 6 peserta didik pria terindikasi mengalami prokrastinasi sedang ditandai dengan 3-4 ceklis indikator prokrastinasi akademik, dan 4 peserta didik pria terindikasi mengalami prokrastinasi rendah ditandai dengan 0-2 ceklis indikator prokrastinasi akademik. Sedangkan dari beberapa indikator prokrastinasi yang paling tinggi dilakukan oleh peserta didik pria yaitu gagal menepati *deadline* sebanyak 12 peserta didik pria, menganggap diri terlalu sibuk sebesar 10 peserta didik, dan merasa takut gagal sebesar 10 peserta didik pria.

Perilaku prokrastinasi juga rentang terjadi pada peserta didik wanita, Penulis berasumsi bahwa peserta didik wanita memiliki faktor tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi karena wanita lebih lemah tingkat psikologisnya dan mudah terkena stress dan depresi. Berdasarkan pengamatan penulis saat melakukan melaksanakan pra penelitian di MAN 1 Metro dari kelas yang diamati didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 2
Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Wanita Kelas X di
MAN 1 Metro Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2018/2019

No	Kode Peserta didik	Indikator Prokrastinasi Akademik								Kategori
		1	2	3	4	5	6	7	8	
1	AF		√		√	√		√	√	Tinggi
2	AZ	√	√	√		√	√	√	√	Tinggi
3	AMR	√				√			√	Sedang
4	AA	√	√						√	Sedang
5	DS			√					√	Rendah
6	DDN	√		√					√	Sedang
7	EA	√	√							Rendah
8	ESW	√			√		√	√	√	Tinggi
9	FW		√	√		√	√			Sedang
10	KN	√		√	√	√	√		√	Tinggi
11	KH			√					√	Rendah
12	MNS	√					√		√	Sedang
13	NFS		√		√	√			√	Sedang
14	NARI	√	√	√		√	√		√	Tinggi
15	SR	√	√		√				√	Sedang
Total		10	8	7	5	7	6	3	13	

Sumber: Data awal yang diperoleh pra penelitian, penyebaran angket prokrastinasi akademik pada peserta didik di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019

Keterangan tabel 1;

Indikator prokrastinasi akademik:

1. Gagal menepati deadline
2. Suka menunda tugas
3. Cemas saat melakukan prokrastinasi
4. Merasa tenang karena waktu masih banyak
5. Menganggap diri terlalu sibuk
6. Percaya diri yang rendah
7. Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya
8. Merasa takut gagal

Berdasarkan tabel 1 terdapat 15 peserta didik wanita terindikasi mengalami prokrastinasi akademik. 5 peserta didik wanita terindikasi mengalami prokrastinasi tinggi ditandai dengan 5-8 ceklis indikator prokrastinasi akademik, 7 peserta didik wanita terindikasi mengalami prokrastinasi sedang ditandai dengan 3-4 ceklis indikator prokrastinasi akademik, dan 2 peserta didik wanita terindikasi mengalami prokrastinasi rendah ditandai dengan 0-2 ceklis indikator prokrastinasi akademik. Sedangkan dari beberapa indikator prokrastinasi yang paling tinggi dilakukan oleh peserta didik wanita yaitu gagal menepati *deadline* sebanyak 10 peserta didik wanita, dan merasa takut gagal sebesar 13 peserta didik.

Dari penyajian tabel 1 dan 2 dapat disimpulkan bahwa dari beberapa indikator prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019, indikator prokrastinasi akademik yang paling tinggi dilakukan oleh 30 peserta didik antara pria dan wanita yakni gagal menepati *deadline* sebanyak 22 perilaku dari total 8 indikator prokrastinasi akademik, merasa takut gagal 23 perilaku dari total 8 indikator prokrastinasi akademik. Beberapa indikator tersebut merupakan penyebab munculnya prokrastinasi akademik dalam ruang lingkup akademis.

Wawancara awal yang dilakukan dengan guru BK dan guru mata pelajaran, peserta didik yang melakukan prokrastinasi akademik masih terdapat di MAN 1 Metro, perilaku prokrastinasi akademik peserta didik ditandai dengan adanya peserta didik yang mengumpulkan PR dengan waktu yang lama, mengerjakan namun tidak tuntas menyelesaikan tugas mengulur waktu dalam mengerjakan tugas, terlambat mengerjakan tugas dan tidak melaksanakan tugas dengan sengaja. Biasanya prokrastinasi akademik sering ditemukan pada pelajaran yang sulit dipahami seperti mata pelajaran yang memiliki materi yang panjang dan menghafal rumus.²⁷ Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik peserta didik yaitu faktor eksternal meliputi gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan, faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikologi (motivasi, dan percaya diri).²⁸

Dampak perilaku prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, karena dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang sia-sia, tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang akan datang, bila perilaku ini terus di ulang.²⁹ Menurut pendapat Burka & Yuen, prokrastinasi mengganggu dalam dua hal (1) Prokrastinasi menciptakan masalah eksternal, seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan

²⁷Inta Wahida S.Pd, wawancara dengan penulis, MAN 1 Metro 25 Juli 2018.

²⁸Nur Ghufroon & Rini Risnawita, h.164.

²⁹Wilujeng Dwi Wahyuni. Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta didik Kelas VIII C SMP Negeri 20 Surakarta.Vol.4 No.3 (2014),h.1-10.

baik dan mendapat peringatan dari guru; dan (2)Prokrastinasi menimbulkan masalah internal, seperti merasa bersalah atau menyesal.³⁰

Menurut paparan di atas dapat disimpulkan bahwa dampak prokrastinasi akademik terdapat dampak internal dan eksternal. Dampak internal seperti perasaan bersalah sehingga akan muncul rasa takut gagal sedangkan dampak eksternal adanya individu yang tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik sehingga prestasi akan menurun.

Berdasarkan data pra penelitian dan konsep teori yang dihadirkan, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang ”Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Prokrastinasi Akademik Antara Peserta Didik Pria dan Wanita Di MAN 1 Metro tahun Ajaran 2018/2019”.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan kegiatan untuk mendeteksi ,melacak, dan menjelaskan beberapa aspek permasalahan yang berkaitan dengan topik penelitian, dan masalah yang akan diteliti.³¹

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang ditemui dalam penelitian ini:

1. Terdapat peserta didik antara pria dan wanita yang terindikasi gagal menepati *deadline* di MAN 1 Metro.

³⁰Burka, J.B & Yuen, L.M.(1983). *Procrastination: why you do it and what to do about it*. Reading, Pa: Addison-Wesley.

³¹Mulyasa,Praktik Penelitian Tindakan Kelas,(Bandung:Rosdakarya,2009).,h.61

2. Terdapat peserta didik antara pria dan wanita yang terindikasi suka menunda tugas di MAN 1 Metro.
3. Terdapat peserta didik antara pria dan wanita yang terindikasi cemas saat melakukan prokrastinasi akademik di MAN 1 Metro.
4. Terdapat peserta didik antara pria dan wanita yang terindikasi merasa tenang karena waktu masih banyak di MAN 1 Metro.
5. Terdapat peserta didik antara pria dan wanita yang terindikasi menganggap diri terlalu sibuk di MAN 1 Metro.
6. Terdapat peserta didik antara pria dan wanita yang terindikasi memiliki percaya diri yang rendah di MAN 1 Metro.
7. Terdapat peserta didik antara pria dan wanita yang terindikasi tidak yakin terhadap kemampuan dirinya di MAN 1 Metro.
8. Terdapat peserta didik antara pria dan wanita yang terindikasi merasa takut gagal di MAN 1 Metro.

C. Batasan Masalah

Untuk menghindari agar masalah tidak terlalu meluas dan menyimpang, maka peneliti membatasi masalah sebagai berikut: "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Prokrastinasi Akademik Antara Peserta Didik Pria dan Wanita di MAN 1 Metro Tahun Ajaran 2018/2019.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka perumusan masalah penelitian ini adalah "Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi perilaku

prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019 ?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

- a. Mendeskripsikan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro.
- b. Agar dapat mengetahui bentuk-bentuk perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah:

- a. Teoritis
 - a) Hasil penelitian ini dapat di gunakan untuk mengembangkan konsep ilmu bimbingan dan konseling, khususnya penanganan faktor-faktor perilaku prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wainta di sekolah.

- b) Meningkatkan dan mengembangkan pengetahuan, sikap dan ketrampilan penulisan dalam bidang penelitian.

b. Praktis

- a) Bagi peserta didik, sebagai informasi tentang dampak yang di timbulkan dari perilaku prokrastinasi akademik agar peserta didik tidak melakukannya.
- b) Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan masukan positif bagi sekolah, khususnya dalam menangani perilaku prokrastinasi akademik peserta didik.
- c) Bagi guru bimbingan dan konseling, dapat menambah pengetahuan guru pembimbing dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling, serta dapat di jadikan bahan masukan guru pembimbing dalam layanan yang tepat terhadap peserta didik yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perilaku Individu

1. Pengertian Dasar Perilaku Individu

Perilaku adalah respon individu terhadap stimulus atau suatu tindakan yang dapat diamati dan mempunyai tujuan baik disadari ataupun tidak perubahan yang terjadi dalam lingkungan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku individu. Banyak individu yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan hidupnya karena ketidak mampuannya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.¹ Individu berasal dari kata *individuum*, yang artinya tak terbagi. Individu adalah seorang manusia yang tidak hanya memiliki peranan khas dalam lingkungan sosialnya, melainkan juga mempunyai kepribadian serta pola tingkah laku spesifik dirinya.²

Manusia dikatakan individu apabila pola tingkah lakunya hampir identik dengan tingkah laku massa yang bersangkutan. Proses yang meningkatkan ciri-ciri individualitas pada seseorang sampai pada dirinya sendiri disebut proses

¹Imam Subagyo, "Bimbingan kelompok dengan teknik outbound untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa". Vol. 2, No. 2 (2013), h.112.

²A.W Widjaja., *Individu, Keluarga Dan Masyarakat* (Jakarta: Akademika Persindo, 1986).

individualitas atau aktualisasi diri. Individu dibebani berbagai peranan yang berasal dari kondisi kebersamaan hidup, maka muncul struktur masyarakat yang akan menentukan kemantapan masyarakat.³

Konflik mungkin terjadi karena pola tingkah laku spesifik dirinya bertentangan dengan peranan yang dituntut oleh masyarakat disekitarnya. Perilaku manusia sangat berbeda antara satu dengan yang lainnya. Perilaku itu sendiri adalah suatu fungsi dari interaksi antara seorang individu dengan lingkungannya. Dilihat dari sifatnya, perbedaan perilaku manusia itu disebabkan karena kemampuan, kebutuhan, cara berpikir untuk menentukan pilihan perilaku, pengalaman, dan reaksi afektifnya berbeda satu sama lain.⁴

2. Unsur Pembentukan Perilaku

Konsep perubahan perilaku dan determinannya, Skinner mengemukakan bahwa perilaku merupakan hasil hubungan antara perangsang (stimulus) dan tanggapan (respon). Secara operasional perilaku diartikan sebagai suatu respon seseorang terhadap rangsangan (stimulus) dari luar subjek.⁵ Adapun unsur-unsur pembentuk perilaku individu diantaranya adalah:

³*Ibid.*

⁴Nur Ghufro dan Rini Risnawati, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media 2011), h.148

⁵E. Koswara, *Teori-Teori Kepribadian* (Bandung :Eresco, 1991), h. 94

a. Pengetahuan

Menurut pendapat Rogers bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru (berperilaku baru) di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yaitu :⁶

- 1) Awareness (kesadaran), dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus.
 - 2) Evaluation (menimbang-nimbang) terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya.
 - 3) Trial, subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.
 - 4) Interest (merasa tertarik) terhadap stimulus atau objek tersebut.
- b. Adaption, subjek telah berperilaku sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus.
- c. Sikap, Menurut Likert, sikap adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan seseorang terhadap satu objek perasaan mendukung atau memihak (favorable) maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak (unforable). Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau

⁶Azwar, *Sikap dan Perilaku dalam Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), h.73-7.

pernyataan responden terhadap suatu objek (sangat setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju).⁷

d. Praktek atau tindakan, untuk mewujudkan sikap menjadi suatu perbuatan nyata diperlukan faktor pendukung yang memungkinkan, antara lain fasilitas dan dukungan (support). Praktek meliputi beberapa tingkat, antara lain:

- 1) Persepsi adalah mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil.
- 2) Respon terpimpin yaitu dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar.
- 3) Mekanisme yaitu apabila seseorang telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis dan sesuatu itu sudah merupakan kebiasaan.

3. Mekanisme Pembentukan Perilaku

a. Pandangan Behavioristik

Behaviorisme memandang bahwa pola-pola perilaku itu dapat dibentuk melalui proses pembiasaan dan penguatan (reinforcement) dengan mengkondisikan atau menciptakan stimulus-stimulus (rangsangan) tertentu dalam lingkungan, karena stimulus datang dari lingkungan (world) dan respon juga ditujukan kepadanya, maka mekanisme terjadi.⁸ Yang dimaksud dengan lingkungan (world) di sini dapat dibagi ke dalam dua jenis yaitu :

- 1) Lingkungan objektif (umgebung = segala sesuatu yang ada di sekitar individu dan secara potensial dapat melahirkan S).

⁷Wawan dan Dewi, *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia* (Yogyakarta: Nuha Medika, 2010), h.76

⁸Samsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung : PT Rosda Karya Remaja, 2003), h 34

2) Lingkungan efektif (umwelt = segala sesuatu yang aktual merangsang organisme karena sesuai dengan pribadinya sehingga menimbulkan kesadaran tertentu pada diri organisme dan ia meresponsnya). Perilaku yang berlangsung seperti dilukiskan dalam bagan di atas biasa disebut dengan perilaku spontan.

b. Pandangan humanistik

Menurut pandangan ini perilaku merupakan siklus dari dorongan timbul, aktivitas dilakukan, tujuan dihayati, dan kebutuhan terpenuhi atau rasa puas. Sebenarnya, masih ada dua unsur penting lainnya dalam diri setiap individu yang mempengaruhi efektivitas mekanisme proses perilaku yaitu receptors (panca indera sebagai alat penerima stimulus) dan effectors (syaraf, otot dan sebagainya yang merupakan pelaksana gerak).⁹

c. Pandangan Holistik

Holistik memandang bahwa perilaku itu bertujuan, yang berarti aspek-aspek intrinsik (niat, motif, tekad) dari dalam diri individu merupakan faktor penentu untuk melahirkan suatu perilaku, meskipun tanpa ada stimulus yang datang dari lingkungan.¹⁰ Holistik atau humanisme menjelaskan mekanisme perilaku individu dalam konteks *what* (apa), *how* (bagaimana), dan *why* (mengapa). *What* (apa) menunjukkan kepada tujuan (*goals/incentives/purpose*) apa yang hendak dicapai dengan perilaku itu. *How*

⁹Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar* (Jakarta: PT Grafindo, 2003), h.45

¹⁰*Ibid.*

(bagaimana) menunjukkan kepada jenis dan bentuk cara mencapai tujuan (*goals/incentives/purpose*), yakni perilakunya itu sendiri. Sedangkan *why* (mengapa) menunjukkan kepada motivasi yang menggerakkan terjadinya dan berlangsungnya perilaku (*how*), baik bersumber dari diri individu itu sendiri (motivasi intrinsik) maupun yang bersumber dari luar individu (motivasi ekstrinsik). Dalam pandangan holistik, disebutkan bahwa dalam rangka memenuhi kebutuhan dalam dirinya, setiap aktivitas yang dilakukan individu akan mengarah pada tujuan tertentu.¹¹

Dalam hal ini, terdapat dua kemungkinan, tercapai atau tidak tercapai tujuan tersebut. Jika tercapai tentunya individu merasa puas dan memperoleh keseimbangan diri (*homeostatis*). Namun sebaliknya, jika tujuan tersebut tidak tercapai dan kebutuhannya tidak terpenuhi maka dia akan kecewa atau dalam psikologi disebut frustrasi. Reaksi individu terhadap frustrasi akan beragam bentuk perilakunya, bergantung kepada akal sehatnya (*reasoning*, *inteligensi*). Jika akal sehatnya berani menghadapi kenyataan maka dia akan lebih dapat menyesuaikan diri secara sehat dan rasional (*well adjustment*). Namun, jika akal sehatnya tidak berfungsi sebagaimana mestinya, perilakunya lebih dikendalikan oleh sifat emosionalnya, maka dia akan mengalami penyesuaian diri yang keliru (*maladjustment*).¹²

¹¹Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, h. 48

¹²T, Gregson, *Life without stress mengajari diri anda sendiri mengelola stress* (Jakarta : Prestasi Pustakaraya), h. 96

4. Pengertian Perilaku Salah Suai

Behaviorisme mengikuti metode eksperimen. Mereka hanya tertuju terhadap perilaku yang dapat diukur itulah yang diperhitungkan atau yang menjadi fokus perhatian. Teori kepribadian perbedaan tingkah laku normal dan salah suai tidak terletak pada bagaimana tingkah laku itu dipelajari, melainkan pada tingkat kseuaian ini akan menentukan apakah individu tidak lagi mendapat kepuasan dengan tingkah laku nya itu, dan ataukah akan timbul konflik antara individu dan lingkungan.¹³

Tingkah laku salah suai dalam mekanisme pertahanan diri, tingkah laku salah suai terjadi karena seseorang mengalami tekanan dan orang tersebut ingin keluar dari tekanan tersebut. Untuk menghadapi dan keluar tekanan tersebut seseorang harus mempertahankan diri yang disebut dengan pertahanan diri. Mekanisme pertahan diri yang salah akan menimbulkan kesenjangan, sehingga terjadilah tingkah laku salah suai, karena apa yang diinginkan seseorang tidak sesuai dengan keadaan yang realitas. Menurut Mohammad Ali dan Mohammad Asrori perilaku salah suai adalah ketidakmampuan individu untuk mengembangkan pola pola tingkah laku untuk berhasil atau diterima dalam lingkungan.¹⁴

Sigmund Freud berpendapat bahwa perilaku salah suai (*maladjustment*) itu (pada *neurosis*) berasal dari tuntutan anak (kebutuhan, keinginan anak)

¹³Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Ibid*, h.144

¹⁴Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja* (Jakarta : Bumi Aksara 2012),

akancinta dan kesenangan, dan berasal dari sikap permusuhan dari anak itu terhadap orang-orang yang menghambat tuntutanannya. Jadi setiap anak membutuhkan dicintai (terutama oleh orang tuanya) dan rasa senang. Jika ada orang yang menghambat kedua keinginan tersebut, maka akan terjadilah frustrasi. Jadi asal *neurosis* menurut Sigmund Freud adalah perilaku salah suai (*maladjustment*) yang timbul karena frustrasi, sebab keinginan pokoknya terhambat dan keinginan untuk melenyapkan hambatan itu terhambat pula.¹⁵

Menurut Syamsu Yusuf dan A Juntika Nurihsan, bahwa perilaku salah suai (*maladjustment*) itu ditandai dengan respon-respon sebagai berikut:¹⁶

a. Reaksi bertahan

Mekanisme pertahanan dapat diartikan sebagai respon yang tidak disadari yang berkembang dalam kepribadian individu dan menjadi menetap, sebab dapat mereduksi ketegangan dan frustrasi yang dapat memuaskan tuntutan-tuntutan penyesuaian diri. Mekanisme pertahanan diri muncul dilatar belakangi oleh dasar-dasar psikologis, seperti perasaan rendah diri, perasaan tidak mampu, perasaan gagal, perasaan bersalah.

b. Perasaan rendah diri.

Perasaan rendah diri dapat diartikan sebagai perasaan atau sikap yang pada umumnya tidak disadari yang berasal dari kekurangan diri, baik secara nyata maupun maya.

¹⁵Sigmund Freud, *Pengantar umum Psikoanalisis* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar)

¹⁶Syamsu Yusuf dan A Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), h. 65

c. Perasaan tidak mampu.

Perasaan tidak mampu merupakan ketidak mampuan seseorang untuk memenuhi tuntutan-tuntutan dari lingkungan. Faktor penyebab perasaan tidak mampu ini adalah frustrasi dan konsep diri yang tidak sehat.

d. Perasaan gagal

Perasaan gagal ini sangat dekat hubungannya dengan perasaan tidak mampu, karena jika seseorang sudah merasa bahwa dirinya tidak mampu, maka dia cenderung mengalami kegagalan untuk melakukan sesuatu atau mengatasi masalah yang dihadapinya.¹⁷

e. Perasaan bersalah

Perasaan bersalah ini muncul setelah seseorang melakukan perbuatan yang melanggar aturan moral, atau sesuatu yang dianggap berdosa.¹⁸

f. Reaksi menyerang (agresi)

Agresi dapat diartikan sebagai sebuah bentuk merespon untuk mereduksi ketegangan dan frustrasi melalui media tingkah laku yang merusak, berkuasa untuk mendominasi.

g. Reaksi melarikan diri dari kenyataan.

Reaksi melarikan diri dari kenyataan merupakan perlawanan pertahanan diri individu terhadap tuntutan, desakan, atau ancaman dari lingkungan dimana dia hidup. Kartini Kartono dan Jenny Andari

¹⁷ *Ibid.*

¹⁸ Syamsu Yusuf, dan Ahmad Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Refika Utama, 2006), h. 212.

menjelaskan bahwa bentuk-bentuk perilaku salah suai (*maladjustment*) di sekolah itu antara lain: 1) hilangnya *interest* pada mata pelajaran; 2) kebiasaan suka membolos; 3) relasi emosional yang negative terhadap guru; 4) suka memberontak terhadap aturan sekolah dan disiplin sekolah; 5) menentang otoritas sekolah.¹⁹

Oleh itu sejak usia yang sangat muda, para siswa harus dibiasakan terhadap disiplin dan peraturan-peraturan sekolah, yang sangat penting bagi pengembangan inteligensi sekolah dan kepribadiannya.

5. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi yang dalam bahasa inggrisnya *procrastinate* berasal dari bahasa latin pro dan crastinus. Pro berarti kedepan, bergerak maju, sedangkan *crastinus* memiliki arti keputusan di hari esok. Arti tersebut apabila melibatkan pelakunya maka akan diucapkannya dengan “aku akan melakukannya nanti”.²⁰ Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas, atau tidak segera mengerjakannya maka subjeknya disebut dengan *procrastinator*.²¹

Prokrastinasi menurut Ellis dan Knaus dalam Nur Ghufroon & Rini Risnawita adalah sebuah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaraan tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal

¹⁹Syamsu Yusuf, dan Ahmad Juntika Nurihsan, h. 219

²⁰Jane B. Burka and Lenora M Yuen, *Procratination, Why You Do It, What to Do About It Now*, (USA: Da Capo press, 2008), h.5.

²¹Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing, “Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu, Jurnal Psikologi Universitas Surabaya”. *Anima*, Vol.23, No.2(2008),h.110.

tersebut terjadi karena adanya ketakutan untuk gagal dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar. Penundaan yang telah menjadi respons tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu *trait* prokrastinasi.²² Steel mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diamanahkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat berpengaruh pada hal yang buruk pada hari ini bahkan juga masa depannya.²³

Selain itu, Silver dalam Vika Elvira Akmal mengatakan prokrastinator tidak bermaksud untuk menghindari tugas yang dihadapi tetapi hanya menunda untuk mengerjakan sehingga membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikan tugas. Penundaan tersebut menyebabkan prokrastinator gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu.²⁴

Sedangkan menurut Solomon dan Rothblum bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan menunda memulai menyelesaikan tugas dengan melakukan aktivitas lain yang tidak berguna sehingga tugas menjadi terhambat, tidak selesai tepat waktu dan sering terlambat. Menurut Steel prokrastinasi yaitu menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut menghasilkan dampak buruk. Terbiasanya peserta didik dalam menunda

²² Nur Ghufroon & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), h.152.

²³ Piers Steel, *The Nature of Procrastination: Meta-analytic and Theoretical of Queentestional Self-Regulatory Failure*.

²⁴ Vika Elvira Akmal, *Perbedaan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin dengan Mengontrol Manajemen Waktu pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja* di Yogyakarta.

tugas menunjukkan bahwa belum adanya peserta didik yang menyadari betapa pentingnya waktu yang dibutuhkan sehingga tidak banyak waktu yang terbuang sia-sia.²⁵

Prokrastinasi akademik identik dengan bentuk kemalasan dalam lingkungan siswa. Banyaknya penelitian yang mengungkapkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik berperan terhadap pencapaian akademis, maka prokrastinasi akademik merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian karena berpengaruh pada siswa itu sendiri serta hasil yang kurang optimal serta lemahnya prestasi siswa.

Ferrari dkk dalam Ghufon, menyimpulkan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, yaitu:²⁶

- 1) prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu bahwa setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut dengan prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan yang dilakukan.
- 2) Prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu, yang mengarah kepada *trait*, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan-keyakinan irrasional.

²⁵Solomon & Rothblum." Academic Procrastination, Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*(1984), .h.503

²⁶Ghufon & Rini Risnawita, h.158.

- 3) Prokastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, akan tetapi prokastinasi merupakan suatu *trait* yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung ataupun tidak langsung.²⁷

Berdasarkan beberapa pendapat ahli mengenai prokrastinasi akademik maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan yang khusus terjadi didalam konteks tugas-tugas akademik dimana pelakunya lebih memilih mengerjakan aktivitas-aktivitas yang kurang berguna dan menyenangkan untuk menghindari kecemasan dan perasaan tidak menyenangkan lainnya yang berkaitan dengan pengerjaan tugas akademik.

6. Penyebab Prokastinasi

Menurut Solomon dkk, prokastinasi memiliki etiologi yang dijelaskan dalam tiga faktor yaitu:²⁸

- a. Takut gagal (*fear of failure*). Takut gagal atau motif menolak kegagalan adalah suatu kecenderungan mengalami rasa bersalah apabila tidak dapat mencapai tujuan atau gagal.
- b. Tidak menyukai tugas (*aversive of the task*). Berhubungan dengan perasaan negatif terhadap tugas atau pekerjaan yang dihadapi. Perasaan

²⁷Ghufron Dkk, ‘‘Teori-Teori Psikolog’’,(Yogyakarta).,h.157.

²⁸Solomon & Rothblum,*Ibid* .,h.505

dibebani tugas yang terlalu berlebihan, ketidak puasan, dan tidak senang menjalankan tugas yang diberikan.

- c. Faktor lainnya seperti sifat ketergantungan pada orang lain yang kuat dan banyak membutuhkan bantuan, pengambilan resiko yang berlebihan, sikap yang kurang tegas, sikap memberontak, dan kesukaran mebuat keputusan. Jika dicermati lebih dalam, maka faktor-faktor ini juga meliputi faktor-faktor yang dituliskan sebelumnya (takut gagal dan tidak menyukai tugas)²⁹

Jadi, dapat disimpulkan bahwa penyebab prokastinasi itu ada tiga faktor yaitu takut gagal, tidak menyukai tugas, dan faktor-faktor lain seperti sifat ketergantungan pada orang lain yang kuat dan banyak membutuhkan bantuan, pengambilan resiko yang berlebihan, sikap yang kurang tegas, sikap memberontak, dan kesukaran membuat keputusan.

7. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Tugas Sekolah.

Aspek-aspek prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas sekolah yang didasarkan pada pendapat Milgram yang menyatakan bahwa dalam prokastinasi meliputi empat aspek, antara lain:³⁰

²⁹Solomon dkk, "Academic Prokastination" (*Journal Of Counseling Psychologi*, Vol.31, 1984)

³⁰Milgram, N.A., Sroloff, B., & Rosenbaum, M. "The Procrastination Of Everyday Life. *Journal of Research in personality*, vol 22., h.197

- a. Melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan tugas sekolah. Mahasiswa prokrastinator cenderung tidak segera memulai untuk mengerjakan tugas sekolah hingga selesai.
- b. Menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas sekolah. Peserta didik yang memiliki kecenderungan untuk menunda akan lebih lambat dalam menyelesaikan tugas sekolah yang menyebabkan peserta didik yang bersangkutan menjadi tergesa-gesa sehingga hasilnya tidak maksimal.
- c. Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, bersalah, marah dan panik.³¹
- d. Melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai tugas yang penting untuk dikerjakan, yaitu tugas sekolah. Peserta didik mengetahui bahwa tugas sekolah merupakan tugas yang penting, tetapi cenderung tidak segera diselesaikan dan bahkan mengerjakan tugas lain yang tidak penting.

8. Ciri – Ciri Prokrastinasi Akademik

Ferrari, dkk mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri berikut ini:³²

³¹Norman A. Milgran, *Ibid.*

³²Ferrari Dkk, "A Brief History Of Procrastination" (*Journal Of Psychology*;1995)

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.³³
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama dari pada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.³⁴
- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang

³³Ferrari, J.R., & Tice, D.M. "Procrastination as a self-handicap for men and women : A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of research in personality*: vol 34., h.78-83

³⁴*Ibid.*

prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah dia tentukan sendiri.

Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.³⁵ Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

³⁵Caturnada & Puspitawati, "Perbedaan kecenderungan prokrastinasi tugas skripsi berdasarkan tipe kepribadian *introvet* dan *ekstrovet*". (Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma).

Adapun ciri-ciri prokrastinasi akademik menurut Schouwenburg dalam Vika Elvira Akmal antara lain:³⁶

- a. Penundaan untuk memulai menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi.
- b. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas.
- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.
- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Berdasarkan ciri-ciri tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Seseorang sering melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya.
2. Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama dari pada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seseorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai.
3. Seseorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditetapkan sebelumnya. Seseorang sering mengalami keterlambatan dalam

³⁶ Vika Elvira Akmal, “ *Perbedaan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin dengan Mengontrol Manajemen Waktu pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja di*”. Yogyakarta.

memenuhi batas waktu yang telah ditetapkan, baik orang lain maupun rencana-rencana yang telah dia tetapkan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugasnya tersebut.

4. Seseorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca koran, majalan, buku cerita, nonton, ngobrol, jalan-jalan, mendengarkan musik dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Dari ciri-ciri yang dikemukakan tersebut, maka Yakub dalam Rumiani mengkategorikan prokrastinasi akademik menjadi empat tipe, yaitu:³⁷

1. *The Sometimes Procrastinator*, tipe ini merupakan seseorang yang melakukan prokrastinator setiap harinya.
2. *The Chornir Procrastinator*, seseorang melakukan tindakan prokrastinasi dalam semua area kehidupan. Perilaku prokrastinasi dapat menjadi gaya hidup bagi prokrastinator kronik.
3. *The Tense-Afraid Type*. Seseorang yang sering merasa dibawah tekanan untuk mencapai sukses dan selalu merasa takut gagal sehingga melakukan prokrastinasi.
4. *The Relaxed Tipe*, seseorang yang tidak mau ambil pusing dengan tugas yang sedang atau harus dikerjakannya, mereka biasa

³⁷Rumiani, "Prokastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stress Mahasiswa". Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Vol.3, No.2(2006)., h.37-48

melakukannya di lain waktu atau lebih memilih melakukan sesuatu yang lebih menyenangkan dan masuk akal dilakukan.³⁸

Dalam hal ini dilihat dari uraian tersebut peserta didik pun banyak melakukan perilaku prokrastinasi akademik, bahkan bisa dilakukan setiap harinya dalam kehidupannya. Selain itu, Rachmahana mengatakan ciri-ciri prokrastinasi akademik antara lain:³⁹

a. Takut gagal (*fear failure*)

Takut gagal merupakan suatu bentuk kekhawatiran individu terhadap sesuatu yang buruk yaitu kegagalan itu sendiri. Ini terjadi karena individu memiliki standar yang lebih dari kemampuannya, sehingga yang muncul dalam pikirannya adalah kegagalan di depan mata.

b. Kurang berhati-hati (*impulsiveness*)

Impulsivitas berarti individu kurang mampu menahan keinginan. Ia tidak tahan dalam situasi yang menekan, ia cenderung lebih menyukai sesuatu yang mendatangkan kesenangan bagi dirinya.

c. *Perfeksionis*

Prokrastinator itu memiliki ciri perfeksionis, ia melakukan prokrastinasi karena ingin melengkapi tugas agar sempurna.

d. Pasif

Keinginan untuk mencapai kesempurnaan dalam menyelesaikan tugas pada diri prokrastinator sering kali tidak diimbangi dengan usaha yang nyata, hingga pada akhirnya ia hanya bersikap pasif terhadap tugas itu.

e. Menunda hingga melebihi batas waktu

Perilaku ini sangat nampak pada prokrastinator, yang dengan berbagai alasan selalu menunda-nunda dalam penyelesaian tugasnya.

³⁸Ibid.h.5

³⁹Rachmana, R.S, "Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa", *Psikodimensia*. Vol. 2 No. 3, h.132

Berdasarkan uraian tersebut cara berfikir yang dimiliki oleh seorang prokrastinator, dipengaruhi oleh asumsi-asumsi yang tidak realitis sehingga menyebabkan adanya prokrastinasi yang dilakukan.⁴⁰

Jadi dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

9. Jenis-Jenis Tugas Pada Prokrastinasi Akademik

Solomon & Rothblum, mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik biasa terjadi pada enam area, yaitu:⁴¹

- a. Tugas menulis (mengarang), meliputi penundaan pelaksanaan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya mengerjakan tugas
- b. Tugas membaca, meliputi penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan bahan-bahan yang diperlukan dalam pengerjaan tugas sekolah.
- c. Tugas belajar, mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, khususnya dalam pengerjaan tugas sekolah.

⁴⁰Wilujeng Dwi Wahyuni, "Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta didik Kelas VIII C SMP Negeri 20 Surakarta". Vol. 4 No. 3

⁴¹Solomon dkk, "Academic Prokastination". *Journal Of Counseling Psychologi*, Vol.31 (1984)

- d. Tugas kinerja administratif, seperti mengembalikan buku perpustakaan, melengkapi syarat-syarat yang berkaitan dengan pengerjaan tugas sekolah.
- e. Kinerja akademik secara keseluruhan, meliputi penundaan mengerjakan tugas-tugas akademik yang berkaitan dengan tugas sekolah secara keseluruhan.⁴²

10. Jenis- Jenis Prokrastinasi Akademik

Penelitian atas penundaan telah dilakukan terutama dikalangan peserta didik. Kebanyakan perilaku prokrastinasi dalam situasi ini menyangkut penyelesaian tugas-tugas akademik, seperti mempersiapkan ujian melakukan pekerjaan rumah, dan menulis makalah. Schouwenburg menyebut bentuk perilaku prokrastinasi ini sebagai penundaan akademik.

Ferrari membagi prokrastinasi menjadi dua jenis prokrastinasi berdasarkan manfaat dan tujuan melakukannya yaitu:⁴³

a. *Functional Procrastination*

Yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi lengkap dan akurat.

b. *Dysfunctional Procrastination*

Yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah.

⁴²Laura J Solomon Dkk, "Academic Procastination: Frequency Land Cognitive-Behavioral Correlate". *Journal Of Counceling Psychology*, Vol.31 (1984)

⁴³Ferrari Dkk, "A Brief History Of Procrastination". *Journal Of Psychology* (1995)

Dysfunctional procrastination ini dibagi lagi menjadi dua hal berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan:

a.) *Decisional procrastination*

Menurut Janis & Mann dalam Nur Ghufon & Rini Risnawita bentuk prokrastinasi yang merupakan suatu penghambat kognitif dalam menunda untuk mulai melakukan suatu pekerjaan dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress.⁴⁴ Menurut Ferrari prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang ditawarkan untuk menyesuaikan diri dalam pembuatan keputusan pada situasi yang dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam identifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akhirnya seseorang menunda untuk memutuskan sesuatu. *Decisional procrastination* berhubungan dengan kelupaan atau kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang.

b.) *Behavioral atau avoidance procrastination*

Menurut Ferrari, penundaan dilakukan dengan suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan, yang akan mendatangkan nilai negatif dalam

⁴⁴Nur Ghufon & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), h.18

dirinya atau mengancam self esteem nya sehingga seseorang menunda untuk melakukan sesuatu yang nyata yang berhubungan dengan tugasnya.⁴⁵ Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat penundaan, yaitu prokrastinasi yang dysfunctional (yang menampilkan penundaan yang tidak bertujuan dan merugikan dan prokrastinasi yang fungsional, yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya konsumtif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik. Penelitian ini dibatasi pada jenis *dysfunctional behavioral procrastination*, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat negatif.

11. Faktor- Faktor Prokrastinasi Akademik

Dalam Christinalia Selvy Oematan, Burka & Yuen berpendapat terbentuknya tingkah laku prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain: konsep diri, tanggung jawab, keyakinan diri dan kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, pemberontakan terhadap kontrol dari figur otoritas, kurangnya tuntutan dari tugas, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu. Burka & Yuen menjelaskan bahwa prokrastinasi terjadi karena tugas-tugas yang

⁴⁵Ferrari, J.R., & Tice, D.M. "Procrastination as a self-handicap for men and women : A task-avoidance strategy in a laboratory setting". *Journal of research in personality*: vol. 34, h.83

menumpuk terlalu banyak dan harus segera dikerjakan. Pelaksanaan tugas yang satu dapat menyebabkan tugas lain tertunda.⁴⁶

Kondisi lingkungan yang tingkat pengawasannya rendah atau kurang akan menyebabkan timbulnya kecenderungan prokrastinasi, dibandingkan dengan lingkungan yang penuh pengawasan. Menurut Ferrari, reward dan punishment dari orang tua maupun guru juga dikatakan sebagai penyebab prokrastinasi, adanya obyek lain yang memberikan reward lebih menyenangkan daripada obyek yang diprokrastinasi. Menurut Mc. Cown & Jhonson, dapat memunculkan perilaku prokrastinasi akademik. Disamping reward yang diperoleh prokrastinasi akademik juga cenderung dilakukan pada jenis tugas sekolah yang mempunyai punishment atau konsekuensi dalam jangka waktu yang lebih lama daripada tugas yang memiliki konsekuensi dalam jangka pendek.⁴⁷

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ferrari, menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh keyakinan yang tidak rasional dan perfeksionisme.⁴⁸ Sedangkan menurut Solomon & Rothblum prokrastinasi dilakukan siswa karena memiliki kecemasan kemampuannya dievaluasi, takut gagal, dan susah mengambil keputusan. Prokrastinasi juga dilakukan karena membutuhkan bantuan orang

⁴⁶Christinalia Selvy Oematan, "Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi – Universitas Surabaya". *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol. 2, No. 1 (2013), h.1.

⁴⁷Ferrari, J.R., & Tice, D.M. "Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of research in personality*: vol. 34. (2000), h.78

⁴⁸Nur Ghufon & Rini Risnawita, *Ibid.*, h.164.

lain untuk mengerjakan tugasnya, malas, kesulitan mengatur waktu, dan tidak menyukai tugasnya⁴⁹

Ferrari menyatakan, prokrastinasi mengganggu dalam dua hal:⁵⁰

1. Faktor internal

Faktor-faktor yang mempengaruhi individu untuk melakukan prokrastinasi, meliputi:

- a. Kondisi kodrati, Terdiri dari jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Anak sulung cenderung lebih diperhatikan, dilindungi, dibantu, apalagi orang tua belum berpengalaman. Anak bungsu cenderung dimanja, apalagi bila selisih usianya cukup jauh dari kakaknya.
- b. Kondisi fisik dan kondisi kesehatan, mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik. Menurut Ferrari tingkat intelegensi tidak mempengaruhi prokrastinasi walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan.
- c. Kondisi psikologis, *trait* kepribadian yang dimiliki individu turut mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, misalnya hubungan kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial, Millgram berpendapat sikap perfeksionis yang dimiliki seseorang biasanya mempengaruhi perilaku prokrastinasi lebih tinggi. Besarnya motivasi seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin

⁴⁹Solomon & Rothblum." Academic Procrastination, Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. (Journal of Counseling Psychology, 1984), h.505

⁵⁰Ferrari, J.R., & Tice, D.M. *Op. Cit.*, h.75

tinggi motivasi yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik⁵¹

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri seseorang yaitu faktor pola asuh orang tua, lingkungan keluarga, masyarakat dan sekolah. Menurut Ferrari & Ollivete tingkat pengasuhan otoriter ayah akan menyebabkan munculnya kecenderungan prokrastinasi yang kronik pada subyek peneliti anak wanita, sedangkan tingkat otoritatif ayah menghasilkan perilaku anak wanita yang tidak melakukan prokrastinasi. Menurut Millgram kondisi lingkungan yang linent, yaitu lingkungan yang toleran terhadap prokrastinasi mempengaruhi tinggi rendahnya prokrastinasi seseorang dari pada lingkungan yang penuh dengan pengawasan.⁵²

Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu meliputi kondisi fisik dan psikis, dan faktor eksternal berupa faktor dari luar individu yang meliputi gaya pengasuhan orangtua dan kondisi lingkungan.

⁵²Ghufron Dkk, "Teori-Teori Psikolog (Jogjakarta), h 148

12. Dampak Prokrastinasi Akademik

Menurut pendapat Burka & Yuen dalam Christinalia Selvy Oematan, prokrastinasi mengganggu dalam dua hal:⁵³

- a. Prokrastinasi menciptakan masalah eksternal, seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapat peringatan dari guru.
- b. Prokrastinasi menimbulkan masalah internal, seperti merasa bersalah atau menyesal.

Sedangkan menurut Mancini dalam Kartadinata, juga membagi dampak dari prokrastinasi menjadi dampak internal dan eksternal.⁵⁴

a. Dampak Internal

Beberapa penyebab prokrastinasi muncul dari dalam diri prokrastinator. Saat prokrastinator tendensi tertentu akan suatu hal, tendensi tersebut tertanam dalam diri prokrastinator. Contohnya, prokrastinator memiliki perasaan takut gagal, dan prokrastinator melakukan prokrastinasi besar-besaran akan suatu hal, maka prokrastinator akan selalu melakukan penundaan dalam tugas dimana prokrastinator merasa gagal. Siswa yang berfikir semua mata pelajaran sulit, siswa tersebut akan berfikir takut gagal

⁵³Christinalia Selvy Oematan, "Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi – Universitas Surabaya," *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* 2, No. 1 (2013), h.5

⁵⁴Kartadinata & Sia, Tjundjing. "Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu". *Anima. Indonesia Psychological Journal*, Vol.23.No.2(2008), h.109

atau berbuat kesalahan dan menunda belajar atau mengerjakan tugas-tugasnya.

b. Dampak Eksternal

Jika seseorang tidak melakukan prokrastinasi lingkungan dapat membuat orang tersebut melakukannya. Tugas yang kurang menyenangkan atau berlebihan, juga tugas yang kurang jelas, dapat membuat siapa saja ingin menunda. Milgram, berpendapat bahwa .⁵⁵

1. Seseorang yang mengalami fatigue akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak mengalami fatigue.
2. Trait kepribadian individu mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam self-regulation dan kecemasan dalam berhubungan sosial. Jadi selain karena faktor dalam diri siswa yang merasa tugas-tugas yang diberikan sangatlah sulit, faktor dari luar juga dapat berpengaruh yakni hubungan sosial.

Berdasarkan pemaparan tersebut, penulis menyimpulkan bahwa dampak prokrastinasi dibagi menjadi dua yaitu dampak internal dan eksternal. Dampak internal seperti merasa bersalah atau menyesal, sedangkan dampak

⁵⁵Milgram,N.A.,Soroloff,B.,& Rosenbaum,M. “*the procrastination of everyday life*.*journal of research in personality*”,vo. 22 (1988), h.197

eksternal seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapat peringatan dari guru.

13. Pengertian Gender

Kata “gender” berasal dari bahasa Inggris, *gender*, berarti “jenis kelamin” dalam *Webste’s New World Dictionary*, gender diartikan sebagai “perbedaan yang tampak antara laki-laki dan perempuan dilihat dari nilai tingkah laku.”⁵⁶ Menurut bahasa, kata gender diartikan sebagai “*the grouping of words into masculine, feminine and neuter according as they are regarded as male, female or without sex*”, gender adalah kelompok kata yang mempunyai sifat maskulin, feminine, atau tanpa keduanya, netral.⁵⁷

Istilah gender pertama kali diperkenalkan oleh Robert Stoller untuk memisahkan pencirian manusia yang didasarkan pada pendefinisian yang bersifat sosial budaya dengan pendefinisian yang berasal dari ciri-ciri fisik biologis. Sedangkan Ann Oakley mengartikan gender sebagai konstruksi sosial atau atribut yang dikenakan pada manusia yang dibangun oleh kebudayaan manusia. Penggunaan istilah gender dalam makna tersebut mulai sering digunakan di awal tahun 1997, ketika sekelompok feminis London tidak lagi memakai isu-isu lama seperti *patriarchal* atau *sexist*, tetapi mengganti dengan wacana gender (*gender discourse*). Semenjak itulah konsep gender mulai didiskusikan melalui tulisan ataupun lisan. Istilah

⁵⁶Nasaruddin Umar. *Argumen Kesetaraan Gender Perspektif Al-Qur’an* (Jakarta:Paramadina, Agustus, 1999), h.33.

⁵⁷Magigic Humm, *Ensiklopedia Feminis* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), h.53-54

gender diartikan sebagai interpretasi mental dan kultural terhadap perbedaan jenis kelamin laki-laki dan perempuan.⁵⁸

Gender adalah sebuah istilah yang menunjukkan pembagian peran sosial antara laki-laki dan perempuan dan ini mengacu kepada pemberian ciri emosional dan psikologis yang diharapkan oleh budaya tertentu yang disesuaikan dengan fisik laki-laki dan perempuan. Adapun istilah sex mengacu kepada perbedaan secara biologis dan anatomis antara laki-laki dan perempuan.⁵⁹

Gender adalah peran dan kedudukan seseorang yang dikonstruksikan oleh masyarakat dan budaya karena seseorang lahir sebagai perempuan, dan karena seorang lahir sebagai laki-laki. Gender adalah konstruksi sosial atau budaya pada seseorang yang lahir sebagai perempuan.⁶⁰

14. Perbedaan Pria dan Wanita Dalam Hal Prokastinasi Akademik

Masyarakat yang menganut sistem patriarki meletakkan laki-laki pada posisi dan kekuasaan yang dominan dibandingkan perempuan. Laki-laki dianggap memiliki kekuatan lebih dibandingkan perempuan. Di semua lini kehidupan, masyarakat memandang perempuan sebagai seorang yang lemah dan tidak berdaya.

⁵⁸M. Faisol, *Hermeuntika Gender* “Perempuan Dalam Tafsir Bahr al Muhith” (Malang : UIN Malang Press, 2011), h.8.

⁵⁹Maggie Humm, *Ensiklopedia Feminis* , h.54

⁶⁰Yulfita Rahardjo, *Seksualitas, Kesehatan reproduksi dan Ketimpangan Gender*” *Seksualitas Manusia dan Masalah Gender* (Jakarta : Pustaka Sinar Harapan, 1996), h.220-221

Secara psikologis, stereotype perbedaan laki-laki dan perempuan juga terlihat adanya anggapan dimana laki-laki dikenal lebih rasional, lebih memegang prinsipnya, cepat mengambil keputusan dan lebih menguasai, sementara perempuan cenderung kurang rasional, manja dan lebih mudah memahami perasaan orang lain, penakut, dan inferior. Berdasarkan stereotype sifat-sifat yang melekat pada laki-laki dan perempuan seperti yang telah dijelaskan, ada penelitian yang mengatakan bahwa bahwa perempuan memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki.⁶¹

Hal ini cenderung disebabkan karena adanya perbedaan pendekatan saat permasalahan datang. Perempuan berpikir bahwa pendekatan pasif terhadap suatu masalah adalah hal yang efektif, sebaliknya pada laki-laki berpikir bahwa menggunakan pendekatan aktif pada saat mengalami dan menghadapi masalah adalah jalan yang lebih efektif. Hal ini juga didukung dengan adanya karakteristik yang berhubungan dengan laki-laki seperti percaya diri, mandiri, agresif, ambisius, dominan, aktif, bersemangat, dan menyukai pengalaman baru. Sedangkan karakteristik perempuan adalah emosional, lemah, sensitif, pendiriannya berubah-ubah, patuh, dan sentimental.⁶²

⁶¹Handayani, "Konsep Diri Stress, dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa". Vol 1 (2012), h.2

⁶²Mansour Fakih, *Analisis Gender & Transformasi Sosial* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2012), h.45

15. Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Akademik Antara Pria dan Wanita.

Menurut Ghufron, salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi seseorang melakukan prokrastinasi akademik adalah kondisi lingkungan.⁶³ Sedangkan menurut Burka dan Yuen, budaya merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi. Hal ini sejalan dengan pendekatan perspektif sosiokultural dalam area psikologi yang mempercayai bahwa konteks sosial dan peraturan budaya mempengaruhi berbagai keyakinan dan perilaku individu. Peserta didik sebagai makhluk sosial yang hidup ditengah-tengah budaya yang melatar belakanginya tentu akan berperilaku berdasarkan latar belakang budaya yang diyakininya.⁶⁴

Dalam budaya patriarki tampak ada perbedaan peran gender pada laki-laki dan perempuan. Budaya ini dapat dikatakan sebagai budaya yang menganggap bahwa kaum laki-laki memiliki kedudukan yang lebih tinggi daripada perempuan sehingga tuntutan sosial dalam masyarakat pada akhirnya berpengaruh juga pada perbedaan peran yang seharusnya dilakukan oleh laki-laki dan perempuan.⁶⁵ Peserta didik laki-laki memiliki tuntutan yang besar dari keluarga untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi. Hal ini disebabkan karena untuk menjadi pencari nafkah utama, seorang laki-laki harus memiliki pekerjaan yang tetap, dan untuk memiliki sebuah pekerjaan,

⁶³Nur Ghufron & Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012),

⁶⁴Burka, J. B & Yuen, L.M, "Procrastination" (Cambridge: Da Capo Press, 2008)

⁶⁵Kadariusman, *Agama, Relasi Gender dan Feminisme* (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2005)

latar belakang pendidikan seseorang akan menjadi salah satu syarat penting dalam dunia kerja. Hal ini tentu akan berbeda dengan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik karena mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akan menyebabkan masa studinya terlalu lama yang mempengaruhi peluangnya untuk memilih pekerjaan Hal ini sejalan dengan pernyataan Ferrari, yang menyebutkan bahwa prokrastinasi bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang.⁶⁶

Pada budaya ini, masyarakat patriarki beranggapan bahwa perempuan tidak perlu berpendidikan tinggi, perempuan sebagai ibu rumah tangga, pendidik anak dan pendamping suami tidak memerlukan pendidikan tinggi. Perempuan tidak perlu sekolah tinggi-tinggi karena pada akhirnya akan ke dapur juga.⁶⁷ Oleh karena itu, hal ini menyebabkan para perempuan kurang termotivasi dan usaha untuk memenuhi tuntutan akademiknya dapat dikatakan hanya mengalir begitu saja. Pandangan tersebut pada akhirnya akan membuat kaum perempuan pasrah dalam menyelesaikan tugas akademiknya pun mereka menjadi kurang termotivasi karena rendahnya tuntutan akademik. Mereka cenderung akan bersantai atau cenderung menunda-nunda ketika mengerjakan tugas akademiknya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis berasumsi bahwa peserta didik laki-laki akan memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih rendah

⁶⁶ Ferrari, J.R., & Tice, D.M. "Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of research in personality*: vol. 34 (2000), h.85

⁶⁷ Ahmad Baidowi, *Memandang Perempuan* (Bandung: Marja, 2011)

dibandingkan dengan peserta didik perempuan. Hal ini disebabkan karena peserta didik laki-laki memiliki tuntutan akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan peserta didik perempuan.

B. Penelitian yang Relevan

Prokastinasi merupakan suatu perilaku yang tidak bisa dikontrol dalam hal pekerjaan maupun tugas-tugas akademik sehingga menyebabkan tertundanya suatu pekerjaan. Suatu penundaan dikatakan sebagai prokastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja, yang menyebabkan suatu perasaan tidak nyaman oleh seorang prokastinator. Faktor-faktor yang mempengaruhi dalam perilaku prokastinasi akademik peserta didik antara lain (1) gagal dalam menepati deadline; (2) suka menunda tugas; (3) cemas saat melakukan prokastinasi; (4) merasa tenang karena waktu masih banyak; (5) menganggap diri terlalu sibuk; (6) percaya diri yang rendah; (7) tidak yakin terhadap kemampuan dirinya; (8) merasa takut gagal.⁶⁸

Berdasarkan telaah pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis dari penelitian sebelumnya yaitu:

1. E Jurnal yang berjudul ‘Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung” di susun oleh Hana Hanifah Fauziah UIN Sunan Gunung Djati. Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah faktor eksternal,

⁶⁸Ferrari, *Procrastination and task Avoidance, Theory, Research and Treatment*, (New York: Plenum Press, 1995)

ditarik kesimpulan bahwa yang memiliki pengaruh paling tinggi terhadap prokrastinasi akademik adalah faktor eksternal.⁶⁹

2. E Jurnal yang berjudul “Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa” disusun oleh Restu Pangersa Ramadhan, Hendri Winata1Program Studi Pendidikan Manajemen Perkantoran,Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pendidikan Indonesia kesimpulan yang dapat diambil pada penelitian ini, terdapat korelasi sedang antara prokrastinasi akademik terhadap prestasi belajar siswa, variabel tersebut cukup dominan mempengaruhi prestasi belajar.⁷⁰
3. E Jurnal yang berjudul “Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akadmeik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi” Universitas Surabaya disusun oleh Christinalia Selvy Oematan Fakultas Psikologi Berdasarkan hasil penelitian ini juga dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan semua mahasiswa Fakultas Psikologi UBAYA melakukan prokrastinasi akademik, namun setiap mahasiswa dalam masing-masing angkatan memiliki alasan berbeda untuk melakukan prokrastinasi tersebut.
4. E Jurnal yang berjudul “Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Yang Aktif Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler (Studi Pada Siswa Smk Negeri 20 Samarinda Tahun Pembelajaran 2015/2016)” disusun oleh Yudistiro Berdasarkan hasil disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler pada siswa SMK Negeri 20 Samarinda tahun pembelajaran 2015/2016.

⁶⁹Hana hanifah fauziah,” Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung”. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2, No. 2 (2015), h.123 - 132

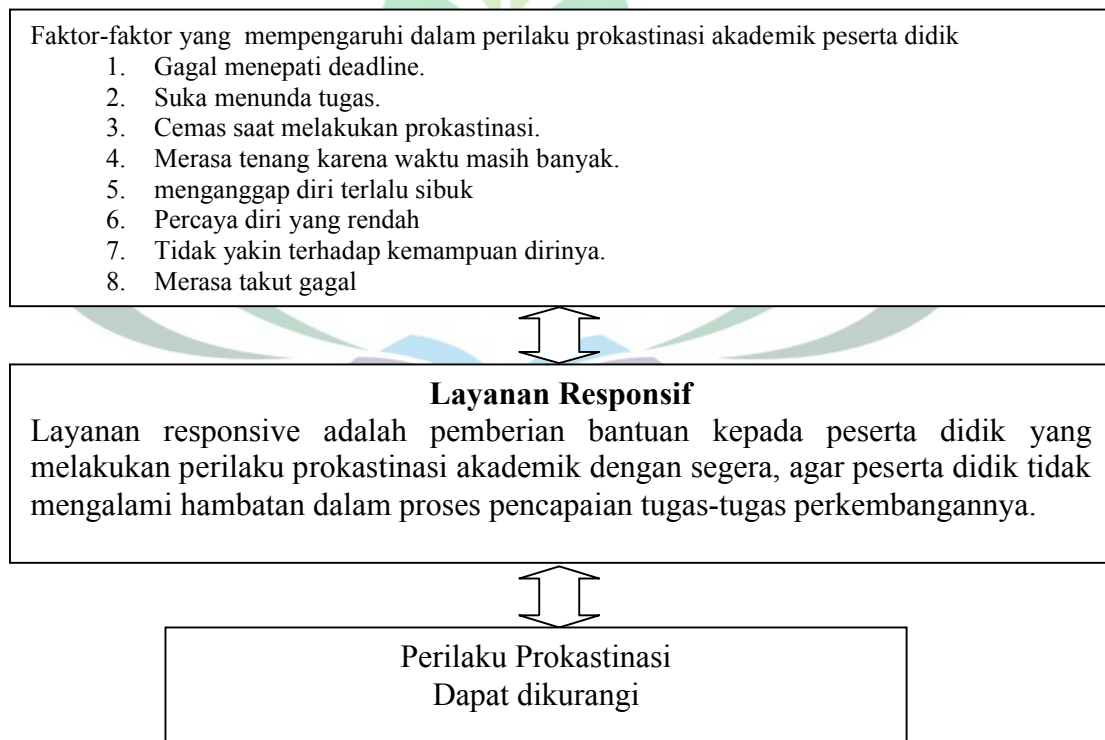
⁷⁰Restu Pangersa Ramadhan, Hendri Winata,”Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa”. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, Vol.1 No. 1, (2016), h.163 - 169

5. Kerangka Berfikir

Menurut Sugiono, kerangka fikir adalah sintesa dari berbagai teori dan hasil penelitian yang menunjukkan lingkup satu variabel atau lebih yang diteliti, perbandingan nilai satu variable atau lebih pada sampel atau waktu yang berbeda, hubungan dua variable atau lebih, perbandingan pengaruh antar variabel pada sampel yang berbeda bentuk hubungan struktural.⁷¹

Jika perilaku prokastinasi akademik peserta didik di sekolah dapat dicegah, maka peserta didik dapat berhasil dalam proses belajar mengajar.

Gambar 1. Kerangka Berfikir



⁷¹Sugiyono, *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Disertasi* (Bandung: Alfabeta, 2013), h.58.

6. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian.⁷² Sedangkan Sudjana menyebutkan bahwa hipotesis adalah asumsi atau dugaan mengenai suatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal itu yang sering dituntut untuk melakukan pengecekan.⁷³

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Ada pengaruh antara faktor gagal menepati deadline dan menyelesaikan tugas dengan perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita;
2. Ada pengaruh antara faktor suka menunda tugas dengan perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita;
3. Ada pengaruh antara faktor cemas saat melakukan prokastinasi dengan perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita;
4. Ada pengaruh antara faktor merasa tenang karena waktu masih banyak dengan perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita;
5. Ada pengaruh antara faktor menganggap diri terlalu sibuk dengan perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita;
6. Ada pengaruh antara faktor percaya diri yang rendah dengan perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita;
7. Ada pengaruh antara faktor tidak yakin terhadap kemampuan dirinya dengan perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita;
8. Ada pengaruh antara faktor merasa takut gagal dengan perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita.

⁷²Sugiyono, *Ibid*, h. 96

⁷³Sadjana, *Metode Statistik* (Bandung : Tarsito, 2005) h. 219

7. Hipotesis Statistik

H_0 : Tidak ada faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita.

H_a : Adanya faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita.

Kriteria pengujian hipotesis yang dipakai adalah sebagai berikut:

- a. Jika $X^2 < X_{\text{tabel}}$, maka H_a ditolak.
- b. Jika $X^2 > X_{\text{tabel}}$, maka H_a diterima.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis kuantitatif, banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Demikian juga tetap dipakai kesimpulan penelitian menjadi lebih baik apabila disertai dengan tabel, grafik, bagan, gambar atau tampilan lain.¹

B. Desain Penelitian

Desain penelitian ini yaitu cross-sectional dengan jenis korelasi, yang dimaksud dengan korelasi adalah memiliki hubungan yang bersifat searah atau hubungan positif, jika terjadi pola kenaikan atau penurunan searah antara dua variabel (misalnya variabel X dan variabel Y). Hubungan positif ditunjukkan apabila semakin tinggi nilai variabel X maka semakin tinggi nilai

¹Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h.27

variabel Y, atau terjadi sebaliknya, semakin rendah nilai variabel X maka semakin rendah nilai variabel Y.² Dalam penelitian ini akan digambarkan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro. Sehingga diakhir penelitian akan diperoleh gambaran umum yang komprehensif tentang hal tersebut.

C. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen atau bebas (X)

Variabel independen atau bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau penyebab.³ Pada penelitian sebagai variabel bebas adalah pria dan wanita

2. Variabel Dependen atau terikat (Y)

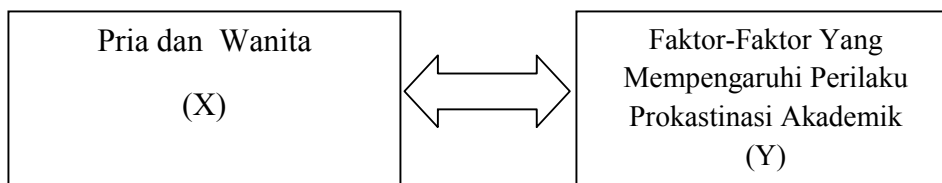
Variabel dependen atau terikat adalah variabel yang tidak bebas variabel tergantung.⁴ Pada penelitian ini sebagian variabel terikat adalah faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokastinasi akademik.

²Hariwijaya dan Triton, *Pedoman Penulisan Ilmiah Proposal dan Skripsi* (Yogyakarta: Tugu Publisher, 2008), h.87.

³Suharsimi Arikunto. h.162

⁴*Ibid*, h.162

Hubungan antara kedua variabel X dan Y tersebut digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Variabel Penelitian

D. Definisi Operasional

Definisi Operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional dibuat untuk memudahkan pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada dalam penelitian. Adapun definisi operasional dari penelitian ini adalah:

Tabel 3
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Variabel	Indikator	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Variabel bebas (X) adalah pria dan wanita	gender diartikan sebagai perbedaan yang tampak antara laki-laki dan perempuan dilihat dari nilai tingkah laku.				
2.	Variabel terikat (Y) adalah faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik	<p>Faktor-faktor adalah penyebab atau pencetus siswa melakukan prokrastinasi akademik, secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal.</p> <p>Sedangkan, prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan yang khusus terjadi didalam konteks tugas-tugas akademik dimana pelakunya lebih memilih mengerjakan aktivitas-aktivitas yang kurang berguna dan menyenangkan untuk menghindari kecemasan dan perasaan tidak menyenangkan lainnya yang berkaitan dengan pengerjaan tugas akademik.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas 2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas 3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual 4. Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan 5. Menganggap diri terlalu sibuk. 6. Percaya diri yang rendah. 7. Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya. 8. Merasa takut gagal. 	Skala penilaian perilaku prokrastinasi dari sangat rendah-sangat tinggi	Sangat setuju < Tidak setuju >	Ordinal

E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.⁵ Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.⁶

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik MAN 1 Metro, jumlah peserta didik kelas XI IPS yang terindikasi mengalami prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel di berikut ini:

⁵ Sugiyono, *Metode penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2011), h.117

⁶ Suharsimi Arikunto. h.173.

Tabel 4
Jumlah Populasi Penelitian

No	Indikator prokrastinasi akademik	Perilaku Prokrastinasi Peserta Didik		Jumlah Perilaku Prokrastinasi Peserta Didik Pria dan Wanita
		Pria	Wanita	
1	Gagal menepati deadline	12	10	22
2	Suka menunda tugas	8	8	16
3	Cemas saat melakukan prokrastinasi	3	7	10
4	Merasa tenang karena waktu masih banyak	7	5	12
5	Menganggap diri terlalu sibuk	8	7	15
6	Percaya diri yang rendah	6	6	12
7	Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya	6	3	9
8	Merasa takut gagal	10	13	23
Total		60	59	119

Sumber: Data awal yang diperoleh pra penelitian, penyebaran angket prokrastinasi akademik pada peserta didik di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019

Berdasarkan tabel 3 terdapat 30 peserta didik antara pria dan wanita terindikasi mengalami prokrastinasi akademik, dari 15 peserta didik pria pada tabel terlihat melakukan prokrastinasi akademik dengan total 60 perilaku prokrastinasi akademik. Sedangkan, dari 15 peserta didik pria pada tabel terlihat melakukan prokrastinasi akademik dengan total 59 perilaku prokrastinasi akademik. Dari beberapa indikator prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019, indikator prokrastinasi akademik yang paling tinggi dilakukan oleh 30 peserta didik antara pria dan wanita yakni gagal menepati *deadline* sebanyak 22 perilaku dari total 8 indikator prokrastinasi akademik, merasa takut gagal 23 perilaku dari total 8 indikator prokrastinasi akademik

2. Sampel dan Teknik Sampling

a. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.⁷ Dalam penelitian ini subyek yang digunakan adalah peserta didik kelas X IPS MAN 1 Metro.

b. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu Random Sampling, yaitu teknik pengambilan sampel dilakukan dengan pertimbangan tertentu. Teknik ini disebut juga acak, serampangan tidak pandang bulu/tidak pilih kasih, obyektif, sehingga seluruh elemen populasi mempunyai kesempatan untuk menjadi sampel penelitian.⁸

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondenya sedikit atau kecil.⁹

⁷Suharsimi Arikunto. h.174.

⁸ Tukiran Taniredja Hidayati Mustafidah, *Penelitian Kuantitatif Sebuah Pengantar* (Bandung: Alfabeta), h. 35

⁹Sugiyono, *Op. Cit*, h.194

Jenis-jenis wawancara dapat dibedakan menjadi wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara tidak berstruktur yaitu untuk memperoleh informasi dari guru BK/konselor dan peserta didik tentang faktor-faktor prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro.

2. Dokumentasi

Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai subjek penelitian. Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, dan sebagainya.¹⁰ Pada penelitian ini data yang dimaksud yaitu deskripsi karakteristik peserta didik dan data-data lain yang ada hubungannya dengan penelitian yaitu tentang perilaku prokrastinasi akademik.

3. Angket

Angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Jenis atau bentuk angket dapat dibagi menjadi dua bentuk yaitu:

- a. Angket langsung yaitu apabila individu yang dikirim angket tersebut adalah orang yang secara langsung kita inginkan datanya.

¹⁰Suharsimi Arikunto. *Op. Cit.* h.274.

- b. Angket tidak langsung yaitu apabila angket tersebut diberikan kepada seseorang untuk memperoleh data tentang orang lain.¹¹

Dalam penelitian ini, menggunakan angket terkait faktor-faktor perilaku prokastinasi akademik yang di ambil dari teori utama Ferarri. Jenis-jenis angket ini peneliti memilih angket langsung. Dengan menggunakan pertanyaan tertutup, pertanyaan tertutup adalah pertanyaan yang mengharapkan jawaban singkat atau mengharapkan responden untuk memilih salah satu alternative jawaban dari setiap pertanyaan yang tersedia.¹²

Berdasarkan bentuk pertanyaan yang digunakan maka peneliti menggunakan bentuk angket tetutup. Adapun skala yang digunakan dalam angket ini adalah skala Likerts, menurut Sugiyono, “skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif”.¹³

Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan skala likerts dengan memperhatikan skor pada jawaban peserta didik. Dapat dilihat pada tabel 4 di berikut ini:

¹¹Wayan Nurkancana, *Pemahaman Individu*, (Surabaya, Usaha Nasional, 2005), h.46.

¹²Sugiyono, *Op.Cit*, h.200-201

¹³Sugiyono. *Op Cit*. h.133

Tabel 5
Skala Liketrs

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban			
	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Kurang Setuju (KS)	Tidak Setuju (TS)
<i>Favorable</i> (pernyataan positif)	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i> (pernyataan negatif)	1	2	3	4

Penilaian perilaku prokastinasi akademik ini menggunakan rentang skor dari 1-4 dengan banyak item 32 soal faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku perilaku prokrastinasi akademik. Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif;
- jumlah skor tertinggi ideal= jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan;
- skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval;
- jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya kalau penilaian menggunakan skala 4, hasil penilaian diklasifikasikan menjadi 4 kelas interval; dan
- penentu jarak interval (J_i) diperoleh dengan rumus:

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

Jk = Jumlah kelas interval.¹⁴

Berdasarkan pendapat pendapat Eko, maka interval kriteria dalam penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi ini dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

- a. Skor tertinggi = $4 \times 25 = 100$
- b. Skor terendah = $1 \times 25 = 25$
- c. Rentang = $100 - 25 = 75$
- d. Jarak interval = $75 : 4 = 18,75$ pembulatan 19

G. Pengembangan Instrumen Penelitian

Pengembangan instrumen dalam penelitian ini berdasarkan indikator dari Ferrari faktor-faktor yang mempengaruhi diantaranya: (a) Gagal menepati deadline. (b) Suka menunda tugas. (c) Cemas saat melakukan prokrastinasi. (d) Merasa tenang karena waktu masih banyak. (f) menganggap diri terlalu sibuk (g) Percaya diri yang rendah (h) Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya. (i) Merasa takut gagal.

Beirikut ini penulis menampilkan kisi-kisi pengembangan instrumen pada tabel 7:

¹⁴Eko Putro Widoyoko, Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar 2014), h. 144

Tabel 6
Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Penelitian Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

No	Variabel	Indikator	Deskriptif	
			(+)	(-)
1.	Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik	1. Gagal menepati <i>deadline</i>	Selalu menepati <i>deadline</i> pengumpulan tugas yang telah ditetapkan guru	Sering tidak mengerjakan tugas sesuai dengan <i>deadline</i> yang ada
2.		2. Suka menunda tugas	Jika ada tugas yang diberikan guru mata pelajaran sesegera mungkin mengerjakannya	Lebih santai dalam hal mengerjakan tugas akademik yang diberikan guru disekolah
3.		3. Cemas saat melakukan prokrastinasi	Merasa cemas ketika ada tugas yang belum dikerjakan	Merasa santai ketika menunda pekerjaan
4.		4. Merasa tenang karena waktu masih banyak.	Walaupun waktu masih banyak segera mungkin mengerjakan tugas	Suka melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan dibanding mengerjakan tugas
5.		5. Menganggap diri terlalu sibuk	Selalu menyempatkan waktu luang untuk mengerjakan tugas yang diberikan	Merasa tidak memiliki waktu luang untuk mengerjakan tugas
6.		6. Percaya diri yang rendah	Memiliki kepercayaan diri untuk mengerjakan tugas sesulit apapun	Kurang merasa pandai dalam mengerjakan tugas
7.		7. Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya.	Yakin terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas	Merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengerjakan tugas akademik yang diberikan
8.		8. Merasa takut gagal	Merasa optimis akan berhasil dalam tugas akademik	Merasa akan gagal dalam tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran

Instrument merupakan alat untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang di amati. Secara spesifik semua fenomena itu di sebut variabel penelitian.¹⁵

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen.¹⁶ Suatu instrumen yang dikatakan valid menunjukkan bahwa alat ukur tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur. Setiap butir dalam instrumen itu valid atau tidak, dapat dilihat dengan cara mengkorelasi di bawah 0,30, maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut tidak valid dan harus diperbaiki atau dibuang. Pengujian validitas angket dalam penelitian ini menggunakan bantuan program IBM-SPSS for windows.

Untuk mendapatkan data yang lengkap, maka alat instrumennya harus memenuhi persyaratan yang baik. Suatu Instrumen yang baik dan efektif adalah memenuhi syarat validitas dan reliabilitas. Uji validitas soal pada penelitian ini menggunakan rumus korelasi koefisien kontigensi (*Contingency Coefficient Correlation*) .

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Instrumen yang telah diuji validitasnya kemudian diuji reliabilitasnya.

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup

¹⁵Sugiyono. *Op. Cit.* h.148

¹⁶Suharsimi Arikunto, *Op. Cit.* h. 211

dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik.¹⁷ Pengujian ini akan menggunakan bantuan program IBM-SPSS for windows.

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data. Instrumen dikatakan dapat dipercaya jika memberikan hasil yang tetap apabila diujikan berkali-kali.

Sebelum angket diujikan kepada responden, angket diujikan terlebih dahulu kepada populasi di luar sampel untuk mengetahui tingkat reliabilitasnya dengan menggunakan rumus *Alpha. (Alfa Cronbach)* merupakan suatu koefisien reliabilitas yang mencerminkan seberapa baik item pada suatu rangkaian berhubungan secara positif satu dengan lainnya.

H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data hasil penelitian dilakukan melalui 2 tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data.

1. Tahap Pengolahan Data

a. Editing

Skala yang telah diisi oleh responden akan dilakukan pengecekan isian, skala tentang kelengkapan isian, kejelasan, relevansi dan konsistensi jawaban yang diberikan responden. Data yang tidak lengkap dikembalikan kepada responden untuk dilengkapi pada saat itu juga dan

¹⁷*Ibid*,h.221

apabila skala yang tersebar kurang dari jumlah sampel yang ada, maka Peneliti menyebar kembali skala perilaku prokastinasi akademik kepada peserta didik yang belum mengisi.

b. Coding

Dilakukan dengan memberi tanda pada masing-masing jawaban dengan kode berupa angka, sehingga memudahkan proses pemasukan data dikomputer. Untuk skala pemilihan jurusan di perguruan tinggi, jawaban untuk pernyataan favorable jawaban sangat sangat setuju (SS) kode 4, setuju kode 3 (S), jawaban kurang setuju (KS) kode 2, dan tidak setuju (TS) 1. Sementara pada pernyataan unfavorable jawaban sangat setuju (SS) kode 1, jawaban setuju (S) kode 2, jawaban kurang setuju (KS) kode 3, dan jawaban tidak setuju (TS) kode 4.

c. Processing

Pada tahap ini data yang terisi secara lengkap dan telah melewati proses pengkodean maka akan dilakukan pemrosesan data dengan memasukkan data dari seluruh skala yang terkumpul kedalam program IBM-SPSS for windows.

d. **Cleaning**

Cleaning merupakan pengecekan kembali data yang sudah dientri apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut kemungkinan terjadi pada saat mengentri data ke komputer.¹⁸

2. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan. Dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

a. Analisis Univariat

Analisis ini digunakan untuk mendeskripsikan variabel dependen dan variabel independen, dalam hal ini digunakan untuk mendeskripsikan Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokastinasi. Analisis ini bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian.

b. Analisis Bivariat

Analisis ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel dependen dan variabel independen, yaitu ada tidaknya hubungan antara faktor-faktor dengan prokastinasi akademik. Untuk

¹⁸ Herlia Wati, Metodologi Penelitian

menganalisis data dalam penelitian ini menggunakan suatu analisis data kuantitatif yaitu dengan menguraikan kata-kata dalam kalimat serta angka secara sistematis, selanjutnya menggunakan rumus sebagai berikut¹⁹:

$$= \frac{\text{---}}{\text{---}}$$

Keterangan;

I=Interval

NT=Nilai Tertinggi

NR= Nilai Terendah

K= Kategori

Kemudian untuk mengetahui tingkat persentase digunakan rumus sebagai berikut²⁰:

$$P = \frac{\text{---}}{\text{---}} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Bersarnya persentase

F = Jumlah alternatif seluruh item

N = Jumlah perkalian antar item dan responden

Untuk analisis tersebut digunakan rumus analisis chi kuadrat yaitu²¹:

¹⁹Sutrisno Hadi, *metodelogi research* (Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada), h.68

²⁰ Mohammad Ali, *Strategi Penelitian Pendidikan* (Jakarta: Angkasa, 1993), h.184

²¹Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2012), h. 298

$$= \frac{(\sum -)^2}{\sum}$$

Keterangan:

= *Chi kuadrat*

Σ = Jumlah Baris

Σ = Jumlah Kolom

= Banyaknya data yang diharapkan

= Banyaknya data hasil pengamatan

c. Uji Hipotesis

Rumusan hipotesis yang dipakai adalah sebagai berikut:

Ho : Tidak ada faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik antara pria dan wanita.

Ha : Adanya faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik antara pria dan wanita.

Kriteria pengujian hipotesis yang dipakai adalah sebagai berikut:

a. Jika $X < X_{\alpha}$, maka H_a ditolak

b. Jika $X > X_{\alpha}$, maka H_a diterima

d. Uji korelasi

Untuk mengetahui keeratan suatu hubungan antara variabel dependen dan independen maka dipakai rumus koefisien kontigensi (*Contingency Coefficient Correlation*) yaitu:

$$= \frac{\text{---}}{+}$$

Keterangan:

C= Koefisien kontingensi

X = Harga h yang diperoleh

N = Jumlah semua dalam tabel

$$C_{\text{maks}} = \frac{\text{---} - 1}{\text{---}}$$

Keterangan :

m= Harga minimum antara banyak baris dan kolom dengan kriteria uji pengaruh makin dekat harga C maks makin besar derajat asosiasi antara faktor.²²

Dari koefisien kontigensi (C) yang didapatkan akan diperoleh keeratan hubungan dengan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 7

Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi²³

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,60 – 0,799	Sangat Kuat

²²Ibid, h.342

²³Sugiyono, h. 257.

Untuk menafsirkan banyaknya persentase yang diperoleh digunakan kriteria sebagai berikut:

76 % - 100 % = Baik

56 % - 75 % = Cukup

40 % - 55 % = Tidak baik

Teknik analisa data dengan menggunakan metode kuantitatif. Data kuantitatif adalah penelitian dengan menggunakan statistik.²⁴

Dalam penelitian kuantitatif analisis data merupakan kegiatan setelah data dari keseluruhan responden atau sumber data lain terkumpul. Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik deskriptif yaitu statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.²⁵ Berdasarkan definisi yang dikemukakan, bahwa analisis data harus dilakukan dalam suatu penelitian agar penelitian tersebut mempunyai suatu kesimpulan. Hasil dari kesimpulan tersebut merupakan jawaban dari rumusan masalah yang telah dibuat.²⁶

²⁴ *Ibid*, h. 207

²⁵ Sugiono, h. 207-208

²⁶ Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal* (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), h.83.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, waktu dan subjek penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019 pada tanggal 24 Januari 2019 sampai dengan tanggal 24 Februari 2019 sesuai dengan jadwal yang disepakati. Sekolah ini beralamat di Jl.Ki Hajar Dewantara no.110, Iringmulyo, Kec. Metro Timur, Kota Metro Provinsi Lampung memiliki visi “Terwujudnya MAN 1 Metro berkualitas, mapan dalam imtaq, unggul dalam iptek dan berwawasan lingkungan hidup”. Subyek dalam penelitian ini terdiri dari 30 peserta didik kelas X IPS 2 yang terdiri dari 15 peserta didik pria dan 15 peserta didik wanita. Karakteristik yang dijadikan sampel penelitian ini adalah peserta didik yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Untuk mengetahui karakteristik tersebut peneliti melakukan wawancara dengan guru BK dari MAN 1 Metro untuk mengidentifikasi ada tidaknya peserta didik yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

Setelah melakukan pengumpulan data melalui angket data yang diperoleh dari responden mengenai variabel Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini dilakukan dengan menyebar angket kepada

peserta didik kelas XI MAN 1 Metro, dengan dipandu cara pengisian pada setiap item angket sehingga diharapkan responden mengerti cara memberikan jawaban pada setiap item angket. Sampel penelitian ini adalah 30 peserta didik kelas XI yang terdiri dari 15 peserta didik pria dan 15 peserta didik wanita.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK MAN 1 Metro tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro, peneliti memperoleh gambaran bahwa perilaku prokrastinasi perilaku prokrastinasi akademik peserta didik ditandai dengan adanya peserta didik yang mengumpulkan PR dengan waktu yang lama, mengerjakan namun tidak tuntas menyelesaikan tugas mengulur waktu dalam mengerjakan tugas, terlambat mengerjakan tugas dan tidak melaksanakan tugas dengan sengaja. Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi diantaranya gagal menepati *deadline*, suka menunda tugas, cemas saat melakukan prokrastinasi, merasa tenang karena waktu masih banyak, menganggap diri terlalu sibuk, percaya diri yang rendah, tidak yakin terhadap kemampuan dirinya, dan merasa takut gagal.¹

B. Tahap-tahap penelitian

Adapun tahapan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

¹.Ferrari, *Procrastination and task Avoidance, Theory, Research and Treatment*, (New York: Plenum Press, 1995)

1. Tahap persiapan

Dalam tahap ini, sebelum peneliti melakukan penelitian terlebih dahulu peneliti melakukan observasi dan wawancara di MAN 1 Metro.

2. Tahap perizinan

Dalam tahap ini, peneliti melaksanakan penelitian dengan mengajukan surat permohonan penelitian di MAN 1 Metro.

3. Tahap pelaksanaan

Dalam tahap ini, peneliti menyebarkan kuesioner tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas X MAN 1 Metro.

4. Tahap pasca pelaksanaan

Tahap ini merupakan tahap terakhir, pada tahap ini dilakukan pengolahan data yang diperoleh melalui skala yang meliputi pengumpulan data, penyederhanaan data, serta pendeskripsian data dengan rumus-rumus yang telah ditentukan.

C. Deskripsi data hasil penelitian

1. Pengujian Validasi Kuesioner

Pengujian validasi kuesioner ini menggunakan program SPSS. Pada uji validitas peneliti menyajikan 32 butir kuesioner.

Tabel 8
Kisi-Kisi Kuesioner Prokrastinasi Akademik Peserta Didik

No	Indikator	Jumlah
1.	Gagal menepati <i>deadline</i>	3
2.	Suka menunda tugas	4
3.	Cemas saat melakukan prokrastinasi	3
4.	Merasa tenang karena waktu masih banyak	4
5.	Menganggap diri terlalu sibuk	5
6.	Percaya diri yang rendah	3
7.	Tidak yakin terhadap kemampuan diri	6
8.	Merasa takut gagal	4

Peneliti membagikan lembar kuesioner kepada peserta didik. Setelah kuesioner diisi oleh peserta didik, peneliti mengumpulkan kembali lembar kuesioner dan melakukan perhitungan. Rumus menghitung validitas kuesioner dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS. Apabila hasil perhitungan tiap item menunjukkan angka r hitung $>$ r tabel maka item kuesioner dinyatakan valid.

Tabel 9
Validasi Item Kuesioner Perilaku Prokrastinasi Akademik
Peserta Didik

No Item	r tabel	R hitng	keterangan
1.	0,683	0,956	valid
2.	0,683	0,956	valid
3.	0,683	0,956	valid
4.	0,683	0,741	valid
5.	0,683	0,822	valid
6.	0,683	0,822	valid
7.	0,683	0,956	valid
8.	0,683	0,741	valid
9.	0,683	0,822	valid
10.	0,683	0,956	valid
11.	0,683	0,956	valid
12.	0,683	0,741	valid
13.	0,683	0,741	valid
14.	0,683	0,956	valid
15.	0,683	0,822	valid
16.	0,683	0,956	valid
17.	0,683	0,741	valid
18.	0,683	0,741	valid
19.	0,683	0,822	valid
20.	0,683	0,822	valid
21.	0,683	0,741	valid
22.	0,683	0,822	valid
23.	0,683	0,956	valid
24.	0,683	0,741	valid
25.	0,683	0,956	valid
26.	0,683	0,956	valid
27.	0,683	0,741	valid
28.	0,683	0,956	valid
29.	0,683	0,822	valid
30.	0,683	0,956	valid
31.	0,683	0,956	valid
32.	0,683	0,822	valid

Uji validitas kuesioner menggunakan SPSS. Berdasarkan perhitungan dengan membandingkan r tabel dengan r hitung, yaitu jika $r \text{ tabel} < r \text{ hitung}$ maka data dinyatakan tidak valid, tetapi jika $r \text{ tabel} > r \text{ hitung}$ maka data dinyatakan valid. Maka yang dapat disimpulkan adalah data 32 item dinyatakan valid. Dengan

demikian peneliti menggunakan 32 item kuesioner yang telah valid dalam penelitian ini. Selain menggunakan SPSS peneliti juga memvalidasi kuesioner dengan dosen ahli jurusan, validasi kuesioner oleh dosen ahli jurusan bisa dilihat dilampiran.

2. Uji Reabilitas Kuesioner

Uji reabilitas kuesioner pada penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS.

Tabel 10
Reabilitas Kuesioner Prokrastinasi Akademik

Reliability Statistics				
Cronbach's Alpha		N of Items		
.763		33		

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
p1	112.5000	1289.017	.956	.753
p2	112.5000	1289.017	.956	.753
p3	112.5000	1289.017	.956	.753
p4	112.3667	1309.826	.741	.758
p5	112.5667	1300.461	.822	.756
p6	112.5667	1300.461	.822	.756
p7	112.5000	1289.017	.956	.753
p8	112.3667	1309.826	.741	.758
p9	112.5667	1300.461	.822	.756
p10	112.5000	1289.017	.956	.753
p11	112.5000	1289.017	.956	.753
p12	112.3667	1309.826	.741	.758
p13	112.3667	1309.826	.741	.758
p14	112.5000	1289.017	.956	.753
p15	112.5667	1300.461	.822	.756
p16	112.5000	1289.017	.956	.753
p17	112.3667	1309.826	.741	.758
p18	112.3667	1309.826	.741	.758
p19	112.5667	1300.461	.822	.756
p20	112.5667	1300.461	.822	.756

p21	112.3667	1309.826	.741	.758
p22	112.5667	1300.461	.822	.756
p23	112.5000	1289.017	.956	.753
p24	112.3667	1309.826	.741	.758
p25	112.5000	1289.017	.956	.753
p26	112.5000	1289.017	.956	.753
p27	112.3667	1309.826	.741	.758
p28	112.5000	1289.017	.956	.753
p29	112.5667	1300.461	.822	.756
p30	112.5000	1289.017	.956	.753
p31	112.5000	1289.017	.956	.753
p32	112.5667	1300.461	.822	.756
total	57.1333	334.878	1.000	.989

Didapatkan koefisien *Alpha Cronbach* untuk variabel Y perilaku prokrastinasi akademik 0,763 dengan 32 buah pernyataan yang digunakan. Merujuk pada koefisien *Alpha Cronbach* adalah 0,6 yang artinya item dalam skala dapat diterima². Berdasarkan interpretasi maka reliabilitas kuesioner dinyatakan tinggi sebab angka yang diperoleh $> 0,70$ yaitu 0,763, maka pengujian ini dapat disimpulkan bahwa instrumen atau kuesioner untuk mengukur perilaku prokrastinasi akademik yang digunakan dalam penelitian ini sudah memiliki reabilitas karena sudah dapat diterima. Sehingga kuesioner ini dapat digunakan untuk mengukur perilaku prokrastinasi akademik.

D. Analisis data

1. Analisis univariat

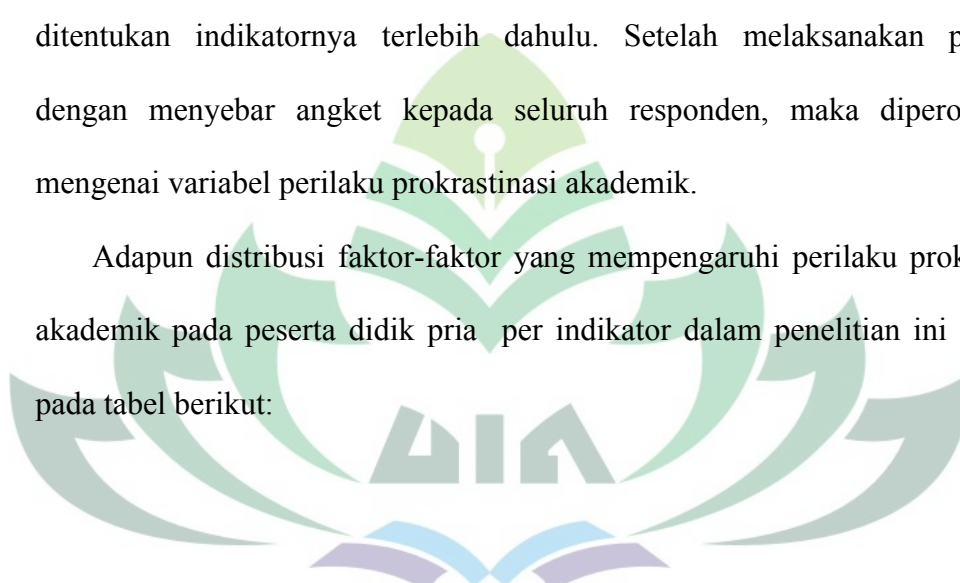
Analisis ini digunakan untuk mendeskripsikan variabel dependen dan variabel independen, dalam hal ini digunakan untuk mendeskripsikan faktor-

²Dawn Iacobucci, and Adam Duhachek. "Advancing alpha: Measuring reliability with confidence." *Journal of consumer psychology* 13.4 (2003), h. 479

faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Analisis ini bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian.

Penelitian ini digunakan untuk memperoleh data mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi Pria dan Wanita (X) dan variabel perilaku prokrastinasi akademik (Y). Hal tersebut dilakukan dengan menyebar angket yang telah ditentukan indikatornya terlebih dahulu. Setelah melaksanakan penelitian dengan menyebar angket kepada seluruh responden, maka diperoleh data mengenai variabel perilaku prokrastinasi akademik.

Adapun distribusi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik pria per indikator dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut:



Tabel 11
Distribusi Frekuensi Indikator Gagal Menepati *Deadline*
Pada Peserta Didik Pria

Kategori	Rentang	frekuensi	Persentase
Tinggi	(5-8)	11	73,33%
Sedang	(3-4)	4	26,67%
Rendah	(0-2)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 11, distribusi frekuensi gagal menepati *deadline* sebanyak 0 peserta didik laki-laki atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 4 peserta didik laki-laki atau 26,67% tergolong dalam kategori sedang, dan 11 peserta didik laki-laki atau 73,33% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 12
Distribusi Frekuensi Indikator Suka Menunda Tugas
Pada Peserta Didik Pria

Kategori	Rentang	frekuensi	Persentase
Tinggi	(16-20)	4	26,67%
Sedang	(6-15)	11	73,33%
Rendah	(1-5)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 12, distribusi frekuensi suka menunda tugas sebanyak 0 peserta didik laki-laki atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 11 peserta didik laki-laki atau 73,33% tergolong dalam kategori sedang, dan 4 peserta didik laki-laki atau 26,67% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 13
Distribusi Frekuensi Indikator Cemas Saat Melakukan Prokastinasi
Pada Peserta Didik Pria

kategori	rentang	frekuensi	persentase
Tinggi	(5-8)	8	53,33%
Sedang	(3-4)	7	46,67%
Rendah	(0-2)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 13, distribusi frekuensi cemas saat melakukan prokastinasi sebanyak 0 peserta didik laki-laki atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 7 peserta didik laki-laki atau 46,67% tergolong dalam kategori sedang, dan 8 peserta didik laki-laki atau 53,33% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 14
Distribusi Frekuensi Indikator Merasa Tenang Karena Waktu Masih
Banyak Pada Peserta Didik Pria

Kategori	Rentang	frekuensi	Persentase
Tinggi	(16-20)	2	13,33%
Sedang	(6-15)	9	60,00%
Rendah	(1-5)	4	26,67%

Berdasarkan tabel 14, distribusi frekuensi merasa tenang karena waktu masih sebanyak 4 peserta didik laki-laki atau 26,67% tergolong dalam kategori rendah, 9 peserta didik laki-laki atau 60,00% tergolong dalam kategori sedang, dan 2 peserta didik laki-laki atau 13,33% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 15
Distribusi Frekuensi Indikator Menganggap Diri Terlalu Sibuk
Banyak Pada Peserta Didik Pria

kategori	Rentang	frekuensi	Persentase
Tinggi	(16-20)	2	13,33%
Sedang	(6-15)	10	66,67%
Rendah	(1-5)	3	20,00%

Berdasarkan tabel 15, distribusi frekuensi cemas saat melakukan prokstinasi sebanyak 3 peserta didik laki-laki atau 20,00% tergolong dalam kategori rendah, 10 peserta didik laki-laki atau 66,67% tergolong dalam kategori sedang, dan 2 peserta didik laki-laki atau 13,33% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 16
Distribusi Frekuensi Indikator Percaya Diri Yang Rendah
Pada Peserta Didik Pria

kategori	rentang	frekuensi	Persentase
Tinggi	(5-8)	7	46,67%
sedang	(3-4)	8	53,33%
Rendah	(0-2)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 16, distribusi frekuensi cemas saat melakukan prokstinasi sebanyak 0 peserta didik laki-laki atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 8 peserta didik laki-laki atau 53,33% tergolong dalam kategori sedang, dan 7 peserta didik laki-laki atau 46,67% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 17
Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Yakin Terhadap Kemampuan
Dirinya Pada Peserta Didik Pria

kategori	rentang	frekuensi	Persentase
tinggi	(16-20)	12	80,00%
sedang	(6-15)	3	20,00%
rendah	(1-5)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 17, distribusi frekuensi cemas saat melakukan prokstinasi sebanyak 0 peserta didik laki-laki atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 3 peserta didik laki-laki atau 20,00% tergolong dalam kategori sedang, dan 12 peserta didik laki-laki atau 80,00% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 18
Distribusi Frekuensi Indikator Merasa Takut Gagal
Pada Peserta Didik Pria

kategori	rentang	frekuensi	Persentase
tinggi	(16-20)	0	100,00%
sedang	(6-15)	15	100,00%
rendah	(1-5)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 18, distribusi frekuensi cemas saat melakukan prokstinasi sebanyak 0 peserta didik laki-laki atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 15 peserta didik laki-laki atau 100,00% tergolong dalam kategori sedang, dan 0 peserta didik laki-laki atau 100,00% tergolong dalam kategori tinggi.

Dari penyajian tabel distribusi frekuensi indikator pada peserta didik pria dapat disimpulkan bahwa dari beberapa indikator prokrastinasi akademik pada peserta didik pria, indikator prokrastinasi akademik yang paling tinggi tidak yakin

terhadap kemampuan dirinya yakni sebesar 80% perilaku dari total 8 indikator prokrastinasi akademik.

Adapun distribusi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik peserta didik wanita per indikator dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut:

Tabel 19
Distribusi Frekuensi Indikator Gagal Menepati *Deadline*
Pada Peserta Didik Wanita

kategori	rentang	frekuensi	Persentase
tinggi	(5-8)	15	100,00%
sedang	(3-4)	0	0,00%
rendah	(0-2)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 19, distribusi gagal menepati *deadline* sebanyak 0 peserta didik wanita atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 0 peserta didik wanita atau 0,00% tergolong dalam kategori sedang, dan 15 peserta didik wanita atau 100,00% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 20
Distribusi Frekuensi Indikator Suka Menunda Tugas
Pada Peserta Didik Wanita

kategori	Rentang	frekuensi	persentase
tinggi	(16-20)	2	13,33%
sedang	(6-15)	10	66,67%
rendah	(1-5)	3	20,00%

Berdasarkan tabel 20, distribusi suka menunda tugas sebanyak 3 peserta didik wanita atau 20,00% tergolong dalam kategori rendah, 10 peserta didik wanita

atau 66,67% tergolong dalam kategori sedang, dan 2 peserta didik wanita atau 13,33% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 21
Distribusi Frekuensi Indikator Cemas Saat Melakukan Prokastinasi
Pada Peserta Didik Wanita

kategori	Rentang	Frekuensi	persentase
Tinggi	(5-8)	10	66,67%
sedang	(3-4)	5	33,33%
rendah	(0-2)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 21, distribusi cemas saat melakukan prokastinasi sebanyak 0 peserta didik wanita atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 5 peserta didik wanita atau 33,33% tergolong dalam kategori sedang, dan 10 peserta didik wanita atau 66,67% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 22
Distribusi Frekuensi Indikator Merasa Tenang Karena Waktu Masih
Pada Peserta Didik Wanita

kategori	rentang	Frekuensi	Persentase
tinggi	(16-20)	0	0,00%
sedang	(6-15)	14	93,33%
rendah	(1-5)	1	6,67%

Berdasarkan tabel 22, distribusi merasa tenang karena waktu masih banyak sebanyak 1 peserta didik wanita atau 6,67% tergolong dalam kategori rendah, 14 peserta didik wanita atau 93,33% tergolong dalam kategori sedang, dan 0 peserta didik wanita atau 0,00% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 23
Distribusi Frekuensi Indikator Menganggap Diri Terlalu Sibuk
Pada Peserta Didik Wanita

kategori	rentang	frekuensi	Persentase
tinggi	(16-20)	1	6,67%
sedang	(6-15)	14	93,33%
rendah	(1-5)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 23, distribusi menganggap diri terlalu sibuk sebanyak 0 peserta didik wanita atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 14 peserta didik wanita atau 93,33% tergolong dalam kategori sedang, dan 1 peserta didik wanita atau 6,67% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 24
Distribusi Frekuensi Indikator Percaya Diri Yang Rendah
Pada Peserta Didik Wanita

kategori	rentang	Frekuensi	Persentase
Tinggi	(5-8)	11	73,33%
sedang	(3-4)	4	26,67%
Rendah	(0-2)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 24, distribusi percaya diri yang rendah sebanyak 0 peserta didik wanita atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 4 peserta didik wanita atau 26,67% tergolong dalam kategori sedang, dan 11 peserta didik wanita atau 73,33% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 25
Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Yakin Terhadap Kemampuan
Dirinya Pada Peserta Didik Wanita

kategori	rentang	Frekuensi	Persentase
Tinggi	(16-20)	9	60,00%
sedang	(6-15)	6	40,00%
Rendah	(1-5)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 25, distribusi tidak yakin terhadap kemampuan dirinya sebanyak 0 peserta didik wanita atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 6 peserta didik wanita atau 40,00% tergolong dalam kategori sedang, dan 9 peserta didik wanita atau 60,00% tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel 26
Distribusi Frekuensi Indikator Merasa Takut Gagal
Pada Peserta Didik Wanita

kategori	rentang	Frekuensi	Persentase
tinggi	(16-20)	1	6,67%
sedang	(6-15)	14	93,33%
rendah	(1-5)	0	0,00%

Berdasarkan tabel 26, distribusi merasa takut gagal sebanyak 0 peserta didik wanita atau 0,00% tergolong dalam kategori rendah, 14 peserta didik wanita atau 93,33% tergolong dalam kategori sedang, dan 1 peserta didik wanita atau 6,67% tergolong dalam kategori tinggi.

Dari penyajian tabel distribusi frekuensi indikator pada peserta didik wanita dapat disimpulkan bahwa dari beberapa indikator prokrastinasi akademik pada

peserta didik wanita, indikator prokrastinasi akademik yang paling tinggi gagal menepati *deadline* yakni sebesar 100% perilaku dari total 8 indikator prokrastinasi akademik.

2. Analisis Bivariat

Analisis ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel dependen, yaitu ada tidaknya hubungan faktor-faktor prokrastinasi akademik antara pria dan wanita. Untuk menganalisis data dalam penelitian ini menggunakan suatu analisis data kuantitatif yaitu dengan menguraikan kata-kata dalam kalimat serta angka secara sistematis, dengan menggunakan uji *chi square* sebagai berikut :

a. Uji *chi square*

Chi square merupakan salah satu jenis uji komparatif non parametris yang dilakukan pada dua variabel, di mana skala data kedua variabel adalah nominal.

Tabel 27
Uji *Chi Square*

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
faktor_prokrastinasi * JK	30	100.0%	0	.0%	30	100.0%

Pada tabel case processing summary pada tabel 27 menunjukkan bahwa input data ada 27 responden dan tidak ada data yang tetinggal.

faktor_prokrastinasi * JK Crosstabulation

Count		JK		Total
		Pria	wanita	
faktor_prokrastinasi	gagal menepati deadline	2	3	5
	suka menunda tugas	1	2	3
	cemas saat melakukan prokrastinasi	2	1	3
	merasa tenang karena waktu masih banyak	1	1	2
	menganggap diri terlalu sibuk	1	2	3
	percaya diri yang rendah	2	1	3
	tidak yakin terhadap kemampuan dirinya	4	3	7
	merasa takut gagal	2	2	4
Total		15	15	30

Pada tabel crosstabulasi antara gender dan faktor prokrastinasi diatas bahwa dari 15 responden pria, berdasarkan indikator prokrastinasi akademik bahwa, 2 peserta didik gagal menepati *deadline*, 1 peserta didik suka menunda tugas, 2 peserta didik cemas saat melakukan prokrastinasi, 1 peserta didik merasa tenang karena waktu masih banyak, 1 peserta didik menganggap diri terlalu sibuk, 2 peserta

memiliki percaya diri yang rendah, 4 peserta didik tidak yakin terhadap kemampuan dirinya, dan 2 peserta didik merasa takut gagal.

Sedangkan 15 responden bergender wanita, berdasarkan indikator prokrastinasi akademik bahwa, 3 peserta didik gagal menepati *deadline*, 2 peserta didik suka menunda tugas, 1 peserta didik cemas saat melakukan prokrastinasi, 1 peserta didik merasa tenang karena waktu masih banyak, 2 peserta didik menganggap diri terlalu sibuk, 1 peserta memiliki percaya diri yang rendah, 3 peserta didik tidak yakin terhadap kemampuan dirinya, dan 2 peserta didik merasa takut gagal.

E. Uji hipotesis

Rumusan hipotesis yang dipakai adalah sebagai berikut:

Ho : Tidak ada faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik antara pria dan wanita.

Ha : Adanya faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik antara pria dan wanita.

Kriteria pengujian hipotesis yang dipakai adalah sebagai berikut:

- a. Jika $X < X_{\alpha}$, maka H_0 ditolak
- b. Jika $X > X_{\alpha}$, maka H_0 diterima

Tabel 29
Uji Nilai Signifikansi
Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	1.676 ^a	7	.976
Likelihood Ratio	1.704	7	.974
Linear-by-Linear Association	.333	1	.564
N of Valid Cases	30		

a. 16 cells (100,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,00.

Pada tabel *chi-square test* dapat diketahui bahwa nilai signifikansi p-value sebesar 0,976 dan nilai *chi-square* sebesar 1.676. karena nilai signifikansi $0,976 > (0,05)$ maka hipotesis null diterima yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara gender dengan prokrastinasi akademik. Dengan kata lain bahwa hipotesis penelitian di tolak.

Ada beberapa kemungkinan mengapa hipotesis di tolak :

1. Karena sampel terlalu sedikit berdasarkan syarat penelitian uji chi square sampel dengan untuk penelitian dengan jenis korelasi yaitu > 40 sampel. Hal ini memungkinkan terjadinya mengapa hipotesis dalam penelitian ini di tolak.
2. Karena penelitian dengan teknik kuantitatif lebih bersifat generalisasi, di sarankan untuk penelitian selanjutnya menggunakan penelitian dengan jenis kualitatif.

F. Uji Korelasi

Untuk mengetahui keeratan suatu hubungan antara variabel dependen dan independen maka digunakan analisis korelasi koefisien kontigensi (*Contingency Coefficient Correlation*) dengan menggunakan bantuan program SPSS sebagai berikut:

Tabel 29
Uji korelasi koefisien kontigensi

JK * faktor_prokrastinasi Crosstabulation

		faktor_prokrastinasi								Total
		gagal menepati deadline	suka menunda tugas	cemas saat melakukan prokrastinasi	merasa tenang karena waktu masih banyak	menganggap diri terlalu sibuk	percaya diri yang rendah	tidak yakin terhadap kemampuan dirinya	merasa takut gagal	
J	laki-laki	Count 2	Count 1	Count 2	Count 1	Count 1	Count 2	Count 4	Count 2	Count 15
	Expected Count	2.5	1.5	1.5	1.0	1.5	1.5	3.5	2.0	15.0
K	wanita	Count 3	Count 2	Count 1	Count 1	Count 2	Count 1	Count 3	Count 2	Count 15
	Expected Count	2.5	1.5	1.5	1.0	1.5	1.5	3.5	2.0	15.0
Total	Count	5	3	3	2	3	3	7	4	30
	Expected Count	5.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	7.0	4.0	30.0

Berdasarkan hasil *output* pada tabel 29 mengenai crosstabulation, didapat nilai ditunjukkan pada baris *Count*, sedangkan nilai ditunjukkan pada baris Expected Count.

Symmetric Measures		
	Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal Phi	.236	.976
Cramer's V	.236	.976
Contingency Coefficient	.230	.976
N of Valid Cases	30	

Sedangkan pada tabel *Symmetric Measures*, diperoleh nilai *Cramer's V* atau koefisien Cramer = 0,236 dan nilai *Approx Sig* atau nilai signifikan = 0,976. Karena nilai taraf kritik = $0,976 \geq 0,05$ maka diterima, artinya tidak terdapat korelasi atau hubungan yang signifikan antara perilaku prokrastinasi akademik dengan pria dan wanita. Dan diperoleh nilai koefisien Cramer sebesar 0,236 artinya tidak terdapat hubungan atau hanya terdapat hubungan yang rendah antara perilaku prokrastinasi akademik dengan pria dan wanita.

Dari hasil perhitungan statistik, dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil uji koefisien kontingensi tidak terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku prokrastinasi akademik atau hanya terdapat hubungan yang rendah antara perilaku prokrastinasi akademik antara pria dan wanita di MAN 1 Metro pada tahun ajaran 2018/2019.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik antara peserta didik pria dan wanita di MAN 1 Metro tahun ajaran 2018/2019 dapat disimpulkan bahwa hasil *chi-square* dengan menggunakan IBM-SPSS, terlihat bahwa angka probabilitas *Asmp.sig* sebesar $0,976 > 0,05$ taraf signifikansi 5%. Maka disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh dengan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik antara pria dan wanita atau hanya terdapat hubungan yang rendah antara perilaku prokrastinasi akademik dengan pria dan wanita. Dengan beberapa kemungkinan mengapa hipotesis ditolak yaitu:

1. Karena sampel terlalu sedikit berdasarkan syarat penelitian uji *chi square* sampel untuk penelitian dengan jenis korelasi yaitu ≥ 40 sampel.¹ Hal ini memungkinkan terjadinya mengapa hipotesis dalam penelitian ini di tolak.
2. Karena penelitian dengan teknik kuantitatif lebih bersifat generalisasi, di sarankan untuk penelitian selanjutnya menggunakan penelitian dengan jenis kualitatif.

¹.Sudjana, *Metode Statistika* (Bandung :Trasito, 2002), hal.273

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan dari penelitian yang telah dikemukakan, maka dapat diajukan saran sebagai berikut:

1. Peserta didik diharapkan dapat mengevaluasi serta menilai diri secara positif.
2. Guru bimbingan dan konseling diharapkan agar dapat memprogramkan dan melatih peserta didik dengan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kurikulum untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang terjadi pada peserta didik, terutama pada peserta didik yang dikategorikan memiliki masalah perilaku prokrastinasi akademik.
3. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih luas dan komperhensif serta disarankan menambah jumlah responden yang lebih.
4. Untuk pihak sekolah hendaknya mengetahui secara mendalam mengenai perilaku prokrastinasi akademik sebagai antisipasi dan agar dapat menindak lanjuti kasus dengan cepat dan tepat.
5. Karena penelitian ini menggunakan kuantitatif besifat generalisasi maka diharapkan pada penelitian selanjutnya melakukan peneletian dengan jenis kualitatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Mohammad. *Strategi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Angkasa, 1993.
- Arikunto Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.s, 2010.
- Azwar. *Sikap dan Perilaku dalam, Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2011.
- Baidowi Ahmad. *Memandang Perempuan*. Bandung: Marja, 2011.
- Departemen Agama RI,.*Al-Qur'an Dan Terjemahnya*. Jakarta: Pustaka Agung Harapan, 2006.
- Dewi dan Wawan. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*, Yogyakarta: Nuha Medika, 2010.
- Dawn Iacobucci, and Adam Duhachek. Advancing alpha: Measuring reliability with confidence." *Journal of consumer psychology*, Vol 13 No.4, 2003.
- E.V. Akmal. *Perbedaan prokrastinasi akademik berdasarkan jenis kelamin dengan manajemen waktu pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Yogyakarta*. *Empathy jurnal fakultas psikologi*, Vol 2, No.1 ,2013.
- E. Koswara. *Teori-Teori Kepribadian*. Bandung :Eresco, 1991.
- Faisol.M. *Hermeuntika Gender Perempuan Dalam Tafsir Bahr al Muhith*. Malang : UIN Malang Press, 2011.
- Fakih Mansour. *Analisis Gender & Transformasi Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Fauziah Hana Hanifah. *Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung*. *Jurnal Ilmiah Psikologi* Vol 2, No. 2, 2015.
- Ferrari. *Procrastination and task Avoidance, Theory, Research and Treatment*, New York: Plenum Press, 1995.
- Ferrari Dkk. *A Brief History Of Procrastination*, *Journal Of Psychology*, 1995.
- Freud Sigmund. *Pengantar umum Psikoanalisis*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

- Ghufron Nur & Rini Risnawita. *Teori-teori Psikolog*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Gregson.T. *Life without stress* mengajari diri anda sendiri mengelola *stress*. Jakarta : Prestasi Pustakaraya.
- Hadi Sutrisno. *metodelogi research*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Handayani. *Konsep Diri Stress, dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa*. Vol 1. 2012.
- Hatta Ahmad. *Tafsir Qur'an Perkata Dilengkapi dengan Asbabun Nuzul & terjemah*. Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2009.
- Ilyas Muhammad dan Suryadi. *Perilaku prokastinasi akademik siswa di sma islam terpadu it boarding school abu bakar Yogyakarta*. Jurnal An- Nida Jurnal Pemikiran Islam Vol.41, No. 2, 2017.
- Jane B. Burka and Lenora M Yuen. *Procratination, Why You Do It, What to Do About It Now*, USA: Da Capo press, 2008.
- J.B,Burka & Yuen, L.M. *Procrastination: why you do it and what to do about it*. Reading, Pa: Addison-Wesley, 1983.
- Joseph R.Ferrari, Judith L Johnson, William G MacCown. *Procrastination and Task Avoidance, The Theory, Research and Treatment*, New York: Plenum Press. , 1995.
- Kamil Badrul, and You Pensi Olvatika. *Konseling Behavioral dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Hulu Sungkai Kabupaten Lampung Utara*. KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling E-Journal Vol 2.No.1, 2015.
- Kadarusman. *Agama,Relasi Gender dan Feminisme*. Yogyakarta: Kreasi Wacana,2005.
- Kartadinata Iven dan Sia Tjundjing. *Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu*, Jurnal Psikologi Universitas Surabaya. Anima, Vol 23, No 2, 2008.
- Mardalis. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara, 2004.

- Magigic Humm. *Ensiklopedia Feminis*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, Januari, 2002.
- Milgram, N.A. Sroloff, B., & Rosenbaum, M. "The Procrastination Of Everyday Life. *Journal of Research in personality*, vol 22.
- Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Bumi Aksara, 2012.
- Mulyasa. *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Rosdakarya, 2009.
- Nuggrasanti Renni, Jurnal *Locus Of Control* Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Provita* Vol.2 No 1.
- Oematan Christinalia Selvy. *Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Dan Prestasi Akadmeik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi – Universitas Surabaya,* " *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* 2, no. 1, 2013.
- Puspitawati & Caturmada. *Perbedaan kecenderungan prokrastinasi tugas skripsi berdasarkan tipe kepribadian introvet dan ekstrovet*, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Ramadhan Restu Pangrsa & Hendri Winata. *Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa*. Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran Vol 1, No 1, 2016
- Rachmana, R.S. *Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa, Psikodimensia*. Vol.2.No.3
- Rahardjo Yulfita. *Seksualitas, Kesehatan reproduksi dan Ketimpangan Gender Seksualitas Manusia dan Masalah Gender*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan, , 1996
- Rumiani. *Prokastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stress Mahasiswa*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Vol.3, No.2. , 2006.
- Sadjana. *Metode Statistik*. Bandung : Tarsito, 2005.
- Shihab Quraish. *Wawasan Al-Qur'an, Tafsir Maudhu'I Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan Pustaka, 2003.
- Solomon Laura J Dkk *Academic Procastination: Frequency Land Cognitive-Behavioral Correlate*. Journal Of Counseling Psychology. Vol 31, 1984.

- Steel Piers. *The Nature of Procratination: Meta-analitic and Theoretical of Queentestional Self-Regulatory Failure*. Journal of Psychological Bulletin.
- Subagyo Imam. *Bimbingan kelompok dengan teknik outbound untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa* Vol 2, No. 2 , 2013.
- Sudijono Anas. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. , 2012.
- Sudjana. *Metode Statistika* Bandung :Trasito, 2002.
- Sugiyono. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. Bandung, Alfabeta, 2013.
- Sugiyono. *Metode penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* Bandung: Alfabeta, 201.
- Sukring, Sukring. *Pendidik dalam Pengembangan Kecerdasan Peserta Didik Analisis Perspektif Pendidikan Islam*. Tadris: Jurnal Keguruan Dan Ilmu Tarbiyah Vol 1.No.1 , 2016.
- Syah Muhibbin. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Grafindo, 2003.
- Triton dan Hariwijaya. *Pedoman Penulisan Ilmiah Proposal dan Skripsi*, Yogyakarta: Tugu Publisher, 2008.
- Utaminingsih Sartika and Iman Setyabudi *tipe kepribadian dan prokrastinasi akademik pada siswa sma " x " tangerang*, vol 10, 2006.
- Umar Nasaruddin. *Argumen Kesetaraan Gender Perspektif Al-Qur'an*. Jakarta: Paramadina, Agustus 1999.
- Wawancara dengan Inta Wahida. S.Pd Guru BK MAN 1 Metro tanggal 25 Juli 2018.
- Wahyuni Wilujeng Dwi. *Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta didik Kelas VIII C SMP Negeri 20 Surakarta*. Vol 4, 2014.
- Wayan Nurkancana. *Pemahaman Individu*. Surabaya: Usaha Nasional, 2005.
- Widjaja A.W. *Individu, Keluarga Dan Masyarakat*. Jakarta: Akademika Persindo, 1986.
- Widoyoko Eko Putro. *Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.

Yusuf LN, Samsu. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : PT Rosda Karya Remaja, 2003.

Sudjana, *Metode Statistika* Bandung :Trasito, 2002.

Yusuf Syamsu dan A Juntika Nurihsan. *Teori Kepribadian*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007.

Yusuf Syamsu, dan Ahmad Juntika Nurihsan. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Utama, 2006.





MD
Rev: Leader of The Law Room
HUANG

BAN	
KLAS	BULAN
1	2
3	4
5	6
7	8
9	10
11	12
13	14
15	16
17	18
19	20
21	22
23	24
25	26
27	28
29	30
31	31



DEKORASI
Mdu
DEKORASI
9/1000 → 9/1
9/1000 → 9/100
RATU Leader of The Last Resort
H/AMG

BANK DATA KELAS

NO	NAME	MARKS	PERCENTAGE	GRADE
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				
41				
42				
43				
44				
45				
46				
47				
48				
49				
50				



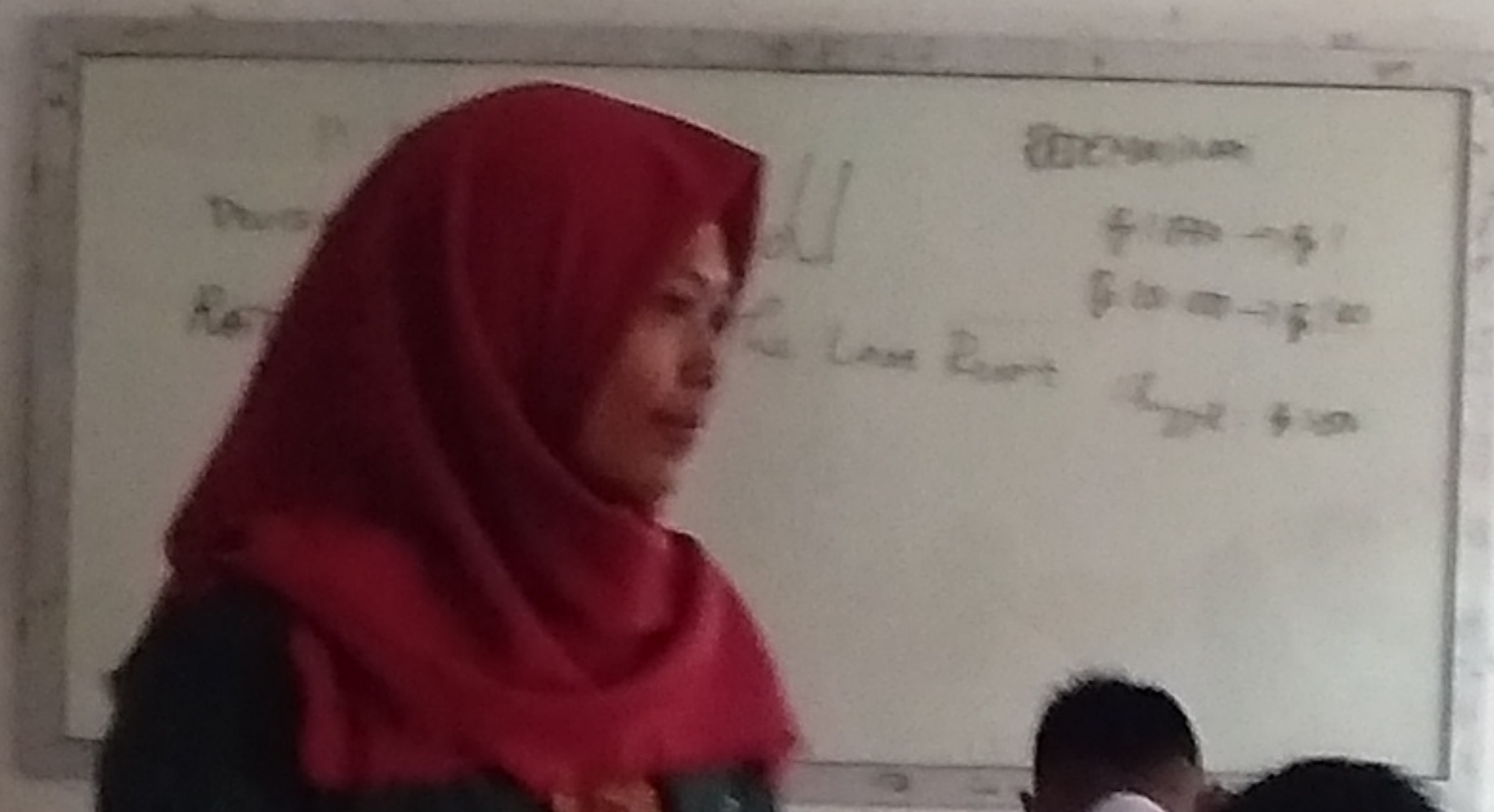
Devisa
Rate = L
H
M
The Last Report
9/1000-10/1
10/1000-10/100
10/1000-10/100

BANK DATA KELA

NO. KELA	NO. PELAKSANA	NO. PELAKSANA II
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		
33		
34		
35		
36		
37		
38		
39		
40		
41		
42		
43		
44		
45		
46		
47		
48		
49		
50		
51		
52		
53		
54		
55		
56		
57		
58		
59		
60		
61		
62		
63		
64		
65		
66		
67		
68		
69		
70		
71		
72		
73		
74		
75		
76		
77		
78		
79		
80		
81		
82		
83		
84		
85		
86		
87		
88		
89		
90		
91		
92		
93		
94		
95		
96		
97		
98		
99		
100		







BANK DATA KELAS

NO	NAMA	ALAMAT	NO HP	KELOMPOK
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10





MUI
Lembaga of the Law Firm
Hijrah

BANK DATA KELAS

NO	NAMA	ALAMAT	NO HP	ALAMAT
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10





Handwritten text on the whiteboard:

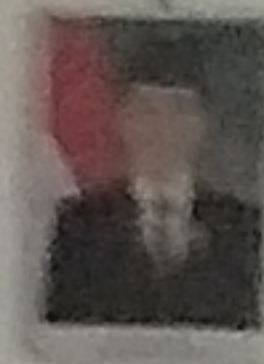
Top right: *Revisi*
Middle right: *4/100 - 19/1*
Bottom right: *10/100 - 19/10*
Bottom right: *19/100 - 19/10*
Center: *Mdu*
Bottom center: *Leader of The Law*
Bottom center: *H/ANG*

BANK DATA KELAS

NO	NAME	MARKS	GRADE
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			







Handwritten text on the whiteboard:

MDJ
Leader of The Last Room
HJANG

BANK DATA KELAS

NO	NAME	MARKS	PERCENTAGE	GRADE
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20



Disampaikan: Mdu
Durasi: 4:00 - 4:15
RBT: Leader of The Love Team
HUMAS
4:15 - 4:30

BANK DATA KELAS

NO	NAME	DATE	SCORE
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			



Devika Maj
Rat: Leader of The Law Court
Huang

BANK DATA KELAS

NO. URUT	NAMA	ALAMAT	NO. HP	NO. KARTU	NO. KARTU
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					
42					
43					
44					
45					
46					
47					
48					
49					
50					
51					
52					
53					
54					
55					
56					
57					
58					
59					
60					
61					
62					
63					
64					
65					
66					
67					
68					
69					
70					
71					
72					
73					
74					
75					
76					
77					
78					
79					
80					
81					
82					
83					
84					
85					
86					
87					
88					
89					
90					
91					
92					
93					
94					
95					
96					
97					
98					
99					
100					



Handwritten text on the whiteboard:

MD
Kot: Laka of the Laka Run
HJMS

BANK DATA KELAS

NO	NAME	AGE	SEX	RELIGION	ADDRESS	PHONE	EMAIL
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							



